MANS SEARCH FOR HIMSELF

Rollo May, Ph.D.





W · W · NORTON & COMPANY
NEW YORK · LONDON

МАСТЕРА ПСИХОЛОГИИ

Ролло Мэй

ЧЕЛОВЕК В ПОИСКАХ СЕБЯ



Санкт-Петербург • Москва • Минск

2022

Ролло Мэй

Человек в поисках себя

Серия «Мастера психологии»

Перевели с английского канд. психол. наук *Е. Овчинникова, Е. Абрамова*

Руководитель дивизиона	*Т. Шапошникова*
Заведующая редакцией	*Д. Букатова*
Руководитель проекта	*Д. Букатова*
Ведущий редактор	*Е. Туинова*
Художественный редактор	*А. Михеева*
Корректоры	*Н. Викторова, М. Молчанова*
Верстка	*Л. Егорова*

ББК 53.57
УДК 615.851

Ролло Мэй

Р67 Человек в поисках себя. — СПб.: Питер, 2022. — 240 с.: ил. — (Серия «Мастера психологии»).

ISBN 978-5-4461-1666-9

Перед вами книга основоположника гуманистической психологии, одного из самых влиятельных экзистенциальных психологов, последователя Виктора Франкла и психотерапевта Ирвина Ялома — Ролло Мэя.

«Человек в поисках себя» — самая актуальная сегодня работа Ролло Мэя. Написанная талантливым ученым и блестящим рассказчиком, обладателем Пулитцеровской премии, человеком с невероятным опытом — художником, пастором, преподавателем Гарварда и Принстона, эта книга о том, как обрести внутреннюю гармонию и целостность в эпоху тревожных перемен, когда главными проблемами человека стали усталость, опустошенность и одиночество. Ролло Мэй дотягивается до самых глубинных пластов сознания, чтобы открыть каждому из нас путь к его подлинному «я», помочь обрести смелость и силу быть собой, творить свою жизнь по своим правилам, согласно своим смыслам, целям и желаниям.

16+ (В соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2010 г. № 436-ФЗ.)

Изготовлено в России. Изготовитель: ООО «Прогресс книга».
Место нахождения и фактический адрес: 194044, Россия, г. Санкт-Петербург,
Б. Сампсониевский пр., д. 29А, пом. 52. Тел.: +78127037373.
Дата изготовления: 08.2021. Наименование: книжная продукция. Срок годности: не ограничен.
Налоговая льгота — общероссийский классификатор продукции ОК 034-2014, 58.11.1 — Книги печатные.
Импортер в Беларусь: ООО «ПИТЕР М», 220020, РБ, г. Минск, ул. Тимирязева, д. 121/3, к. 214, тел./факс: 208 80 01.
Подписано в печать 09.08.21. Формат 70×100/16. Бумага офсетная. Усл. п. л. 19,350. Доп. тираж. Заказ 0000.

Оглавление

ЧАСТЬ 3. ЦЕЛИ ИНТЕГРАЦИИ

Отзывы о работах Ролло Мэя

«ЛЮБОВЬ И ВОЛЯ»

«Мудрая, насыщенная, остроумная, обязательная к прочтению... Она должна возглавить любой список важных для прочтения книг».

Джон Леонард, New York Times

«Экстраординарная книга о сексе и цивилизации... Важный вклад в современную мораль».

Newsweek

«Итог 25-летней работы на переднем крае служения людям в наш противоречивый век психологических трансформаций. Динамичная, теплая и страстная».

St. Louis Post-Dispatch

«Д-р Мэй предлагает страстность и интеллектуальность, значимые для всей нашей жизни. “Любовь и воля” — это книга о том, как изучать и ценить, для тех, кто умеет изучать и ценить наше человеческое наследие и потенциал».

San Francisco Examiner

«Этот труд, написанный в блестящем и безукоризненном стиле, прекрасный анализ современной жизни и любви, полный убедительных и воодушевляющих озарений».

Chicago Sun-Times

«Вклад этой замечательной книги в образование и культуру значителен».

Harvard Education Review

«МУЖЕСТВО ТВОРИТЬ»

«Ясный и высококонцентрированный анализ процесса творчества. [Мэй] описывает предпосылки для творческого процесса и момент прорыва».

Saturday Review

«Великолепный гимн духу творчества... Блестящее и проницательное объяснение творческой “схватки” — столкновения благоразумия творца или мыслителя с его социокультурным окружением и с его собственными опасными прометеевскими импульсами».

Publishers Weekly

«Еще один из экстраординарных, мудрых и обнадеживающих... опытов почти медитаций д-ра Мэя о будущем человечества».

Boston Globe

Предисловие

Одно из немногих жизненных благ в наш век тревоги состоит в том, что мы способны к осознанию себя. Поскольку наше общество находится в ситуации смещения стандартов и ценностей и не способно дать нам ясную картину того, «какими мы являемся и какими мы должны быть», как Мэтью Арнольд[1] описывает это, мы отброшены назад в поисках самих себя. Болезненная неуверенность во всем побуждает нас задаться вопросом: существуют ли какие-либо упущенные из виду ориентиры и ресурсы, на которые мы можем опереться?

Конечно же, я понимаю, что обычно самосознание не называют благом. Люди скорее спрашивают, как достичь внутренней целостности в столь дезинтегрированном мире. Или интересуются, как можно идти путем самореализации в то время, когда в настоящем или будущем полная неопределенность.

Лучшие умы задаются этими вопросами. У психотерапевта нет волшебных ответов. Безусловно, глубинная психология проливает новый свет на скрытые мотивы того, что заставляет нас думать, чувствовать и действовать определенным образом, и это должно стать существенным подспорьем в наших поисках самих себя. Но есть еще кое-что помимо полученного образования и самосознания, что придает автору мужество устремиться туда, куда опасаются ступить даже ангелы, и предложить свои идеи и опыт в тех сложных вопросах, которые будут подниматься на страницах этой книги.

---

[1] Арнольд Мэтью (1822–1888) — выдающийся английский поэт, культуролог, эссеист. Наиболее известен сборником очерков «Культура и анархия», стихотворением «Дуврский берег» и др. (*Примеч. ред.*)

Это что-то есть мудрость психотерапевта, полученная в ходе работы с людьми, стремящимися преодолеть свои проблемы. Он имеет исключительную, и зачастую тяжкую, привилегию сопровождать людей в их глубоко личной и сложной борьбе за обретение новой целостности. И воистину плох тот психотерапевт, который не имеет хотя бы малейшего представления о том, что скрывает людей от самих себя и блокирует их в поиске ценностей и целей, которым они могли бы следовать.

Альфред Адлер[1] как-то заметил, ссылаясь на организованную им школу для детей в Вене, что «ученики учат учителя». Именно так происходит и в психотерапии. И я не понимаю, как психотерапевт может не испытывать глубокой благодарности за то, чему его ежедневно учат его пациенты через их сложные жизненные вопросы и чувство собственного достоинства.

Также я очень благодарен своим коллегам за все, чему я научился у них по рассматриваемым темам, а также студентам и сотрудникам колледжа Миллз в Калифорнии за их щедрую и стимулирующую обратную связь при обсуждении некоторых из этих идей во время чтения моего юбилейного курса лекций «Целостность личности в век тревоги».

Эта книга не является заменой психотерапии, равно как она и не является самоучителем, обещающим дешевое и простое исцеление за одну ночь. Но с другой стороны, любая хорошая книга — это самоучитель, который помогает читателю анализировать себя и собственный опыт сквозь призму описанного в книге, получить свежий взгляд на свои собственные проблемы с личностной интеграцией. Я надеюсь, что данная книга именно об этом.

В последующих главах мы не только рассмотрим новые открытия психологии на глубинных уровнях человеческой самости, но и соприкоснемся с мудростью тех, кто много веков на поприще литературы,

---

[1] Адлер Альфред (1870–1937) — австрийский психолог, психиатр, основоположник индивидуальной психологии. Некоторое время поддерживал З. Фрейда, был президентом Венского психоаналитического общества. (*Примеч. ред.*)

философии и этики пытался понять, как человек может противостоять собственной неуверенности и личностным кризисам, обращая их в конструктивное русло. Нашей основной задачей является изучение способов борьбы с современной неуверенностью, поиск источника внутренней силы и, насколько возможно, указание путей достижения ценностей и целей, на которые можно опираться в наше нестабильное время.

Ролло Мэй,
Нью-Йорк

«Рисковать — значит тревожиться, но не рисковать — значит потерять самого себя... И риск в высшем смысле является самым точным способом осознания самого себя».

Кьеркегор

«Один идет к ближнему, потому что ищет его, другой — потому что потерял самого себя. Ваша дурная любовь к самому себе делает для вас из одиночества тюрьму».

Ницше

ЧАСТЬ 1

Наши условия существования

ГЛАВА 1

Одиночество и тревога современного человека

Каковы основные внутренние проблемы людей в наши дни? Пытаясь копнуть глубже поверхностных поводов людского беспокойства, таких как угроза войны, снижение уровня жизни, экономическая нестабильность, что мы можем назвать их первопричиной? Безусловно, симптомами расстройств, от которых люди страдают в наш век, равно как и в любой другой, являются отсутствие счастья, неспособность определиться с семейным положением или профессиональным призванием, общая безысходность или бессмысленность жизни и тому подобные явления. Так что же лежит в основе этих симптомов?

В начале XX века наиболее распространенной причиной этих проблем, что так хорошо описал Зигмунд Фрейд, было затруднение личности в принятии инстинктивной, сексуальной стороны жизни и, как результат, конфликт между сексуальными импульсами и социальными табу. Еще в 1920-е годы Отто Ранк[1] писал, что первопричинами всех психологических проблем людей того времени являлись ощущение неполноценности, несовершенства и чувство вины. В 1930-х фокус психологического конфликта снова сместился: как отмечала Карен Хорни[2], общим знаменателем стала враждебность между отдельными

---

[1] Ранк (Розенфельд) Отто (1884–1939) — австрийский психоаналитик, один из ближайших учеников З. Фрейда. Занимался связью сновидений с мифологией и искусством, одним из первых стал использовать психоанализ для изучения искусства, литературы, религии. (*Примеч. ред.*)

[2] Хорни Карен (1885–1952) — американский психоаналитик, основоположница неофрейдизма. Считала, что на формирование личности сильно влияет социальная среда. (*Примеч. ред.*)

людьми и группами, связанная с чувством соперничества. Так что же является ключевыми проблемами в середине XX века?

«Полые люди»

Вас может удивить, когда я, ссылаясь на свой клинический опыт и на опыт моих коллег психотерапевтов и психиатров, отмечу, что главной проблемой середины XX века является *опустошенность*. Под этим я подразумеваю, что многие люди не только не знают, чего именно они хотят, но и понятия не имеют о том, что они чувствуют. Когда они говорят о дефиците автономии или жалуются на неспособность принять решение — сложности, характерные для всех времен, — становится очевидным, что основополагающей причиной является отсутствие у них опыта взаимодействия со своими собственными желаниями и потребностями. Они чувствуют, что их шатает из стороны в сторону, что сопровождается пугающим ощущением бессилия, потому что они попадают в вакуум и пустоту. Причиной, заставляющей обращаться за помощью, может быть, например, недовольство тем, что они всегда терпят фиаско на любовном фронте, или не могут вступить в брак, или недовольны своим брачным партнером. Но очень скоро выясняется, что их ожидания от брачного партнера, реального или желаемого, состоят в заполнении пустоты внутри них самих; и они тревожатся и злятся, когда этого не происходит.

В целом они даже могут свободно говорить о том, что они *должны* хотеть — успешно окончить колледж, получить работу, влюбиться, жениться, вырастить детей, — но вскоре для них самих становится очевидным, что они описывают то, чего другие (родители, профессора, работодатели) ожидают от них, а не то, что они сами хотят. Двадцать лет назад такие внешние цели могли быть восприняты всерьез; но сейчас человек понимает и вслух говорит о том, что на самом деле родители и общество не предъявляют к нему этих требований. По крайней мере, теоретически родители сообщали ему, что он свободен в своем выборе. Кроме того, человек сам понимает, что для него неполезно преследовать подобные внешние цели. Но это только усугубляет его проблему, так как он имеет мало представления и понимания своих настоящих

целей. Как кто-то сказал, «я лишь коллекция зеркал, отражающих то, что другие ожидают от меня».

В предыдущие десятилетия, если человек, прибегающий к психологической помощи, не знал, чего он хочет или что чувствует, можно было предположить, что он хочет чего-то определенного, например сексуального удовлетворения, но не осмеливается признаться себе в этом. Как отмечал Фрейд, за этим стояло желание, и самое главное, что необходимо было сделать, — это прояснить, что привело к вытеснению желания в бессознательное, перевести его в сферу сознания, помочь пациенту удовлетворять его желание в соответствии с реальностью. Но в наши дни сексуальные табу гораздо менее сильны; если кто-то сомневается, отчеты Кинси[1] помогут ему в этом убедиться. Человек может без особого труда найти возможности для сексуального удовлетворения, если не имеет побочных проблем. Сексуальные проблемы, о которых сейчас говорят на терапии, редко связаны с социальными запретами, скорее они связаны с такими изъянами, как импотенция или неспособность испытывать сильные чувства к сексуальному партнеру. Другими словами, наиболее распространенной является не проблема социальных табу на сексуальную активность или чувство вины относительно секса как такового, а то, что секс для многих становится пустым, механическим и бессмысленным.

Сновидение одной молодой женщины как раз иллюстрирует дилемму «зеркала». Она была достаточно сексуально свободна, но хотела выйти замуж и не могла выбрать одного из двух мужчин. Один из них прочно стоял на ногах, принадлежал к среднему классу, и ее благоразумная семья одобрила бы выбор в его пользу; но другой мужчина больше разделял ее интересы, связанные с артистической и богемной средой. Она периодически испытывала болезненные приступы нерешительности, будучи не в состоянии определиться, что же она за человек и какой образ жизни ей ближе. Однажды ей приснилось, что большая группа людей голосует за то, с кем ей вступить в брак. Во сне она почувствовала облегчение — какое же это оказалось удобное решение!

---

[1] Отчеты Кинси (The Kinsey Reports) — две монографии о сексуальном поведении, вызвавшие шок в американском обществе: «Сексуальное поведение самца человека» (1948) и «Сексуальное поведение самки человека» (1953). (*Примеч. ред.*)

Но тут возникло неожиданное препятствие: после пробуждения она не помнила результаты голосования.

Пророческие слова, прозвучавшие в одной из поэм Т. С. Элиота[1] в 1925 году, описывают внутренний мир многих людей:

Мы полые люди,
Мы чучела, а не люди
Склоняемся вместе —
Труха в голове...
Нечто без формы, тени без цвета,
Мышцы без силы, жест без движенья...[2]

Возможно, некоторые читатели свяжут эту пустоту, эту неспособность понять свои чувства и желания с фактором неопределенности времени, в которое мы живем: времени войны, призыва на военную службу, экономических преобразований, когда наше будущее неопределенно и не зависит от наших взглядов и действий. Поэтому неудивительно, что человек не знает, что планировать, и чувствует свою никчемность. Но такое заключение является слишком поверхностным. Как мы покажем позже, проблемы коренятся гораздо глубже. Более того, войны, экономические и социальные потрясения действительно являются следствиями той же первопричины в нашем обществе, что и обсуждаемые нами психологические симптомы.

У иных читателей может возникнуть и другой вопрос: «Возможно, те, кто обращается за психологической помощью, и чувствуют себя пустыми, но не является ли это невротической проблемой, не характерной для большинства людей?» Разумеется, мы могли бы ответить, что люди, оказывающиеся на консультации у психотерапевта или психоаналитика, не являются репрезентативной выборкой общества.

---

1 Элиот Томас Стернз (1888–1965) — американский и британский поэт, драматург, литературный критик, представитель модернизма. Лауреат Нобелевской премии по литературе 1948 г. Самое значительное произведение — поэма «Бесплодная земля». (*Примеч. ред.*)

2 «Полые люди» в Сборнике поэм, Нью-Йорк, Harcourt, Brace and Co. 1934. С. 101. (*Примеч. авт.*) Перевод А. Сергеева.

Как правило, это те, для кого больше не работают светские условности и защиты, принятые в обществе. Часто это наиболее чувствительные и одаренные индивиды; они нуждаются в помощи в широком смысле, поскольку не так успешно справляются с рационализацией, как «хорошо адаптированные» граждане, способные на какое-то время подавлять глубинные конфликты. Определенно, пациенты Фрейда, приходившие к нему в 1890-е годы и в первое десятилетие XX века, с описанными им сексуальными симптомами, не были репрезентативной выборкой Викторианской эпохи: большинство людей вокруг них продолжали жить в соответствии с привычными табу и рационализацией, считая секс чем-то постыдным и требующим сокрытия, насколько это возможно. Но после Первой мировой войны, в 1920-х, эти сексуальные проблемы стали открытыми и приобрели характер эпидемии. Практически любой зрелый человек в Европе или в Америке испытывал подобные конфликты между сексуальными желаниями и социальными табу, с которыми лишь немногие пытались справиться одно-два десятилетия назад. Не имеет значения, насколько высоко кто-то оценивает труды Фрейда, и наивно полагать, что его работы послужили отправной точкой для подобного развития событий; он всего лишь предсказал это. Сравнительно небольшое число людей — тех, кто обращается за психологической помощью в процессе своей борьбы за внутреннюю интеграцию, — представляет собой показательный и очень важный барометр уровня давления под психологической поверхностью общества. Этот барометр должен быть воспринят серьезно, поскольку это один из лучших индикаторов нарушений и проблем, которые пока еще не приобрели характера эпидемии в нашем обществе, но уже близки к тому.

С проблемой внутренней опустошенности современного человека сталкиваешься не только в кабинетах психотерапевтов и психоаналитиков. Согласно многочисленным социологическим данным, проблему «полости» можно наблюдать в самых разных сферах нашего общества. В своей блестящей книге «Одинокая толпа», которая попалась мне на глаза как раз во время написания этих глав, Дэвид Рисмен[1] провел превосходный

---

[1] Рисмен Дэвид (1909–2002) — американский социолог и юрист, профессор социальных наук Чикагского университета. Занимался изучением массовых коммуникаций. (*Примеч. ред.*)

анализ современного американского характера. По его мнению, до Первой мировой войны типичный американец был «внутренне ориентированным». Он стремился соответствовать стандартам, которым его обучали, был моралистом в духе Викторианской эпохи, имел устойчивые мотивы и амбиции, хотя они и были вторичными. Он жил так, как будто бы какой-то внутренний гироскоп обеспечивал ему стабильность. Этот тип соответствует описанию ранним психоанализом личности эмоционально подавленной и направляемой сильным суперэго.

Согласно Рисмену, современный типичный американец — «внешне ориентированный». Для него важнее быть не выдающимся, а соответствующим; он живет как будто со встроенным в голову радаром, сообщающим, что другие люди ожидают от него. Подобное радарное устройство управляется другими; и как человек, описывающий себя через набор зеркал, он способен только реагировать, но не выбирать; у него нет действующего центра мотивации внутри самого себя.

Как и Рисмен, мы не испытываем пиетета перед «внутренне ориентированными» людьми поздней Викторианской эпохи. Такие люди обретали свою силу через интернализацию внешних правил, разделяя волю и интеллект и подавляя свои чувства. Такой тип людей подходил для успешного ведения бизнеса в стиле железнодорожных магнатов XIX столетия и лидеров индустрии, когда они могли манипулировать людьми как какими-нибудь вагонами для угля или фондовым рынком. Гироскоп выступает здесь отличным символом, так как он также обладает полностью механическим центром стабильности. Уильям Рэндольф Херст[1] является замечательным представителем такого типа: он стяжал огромную власть и богатство, но за этим внешним благополучием скопилась такая тревога, особенно в отношении смерти, что он даже никому не позволял в своем присутствии употреблять слово «смерть». «Люди-гироскопы» зачастую оказывают разрушительное влияние на своих детей из-за своей ригидности, догматизма

[1] Херст Уильям Рэндольф (1863–1951) — американский медиамагнат и газетный издатель. С его именем связывают введение терминов «желтая пресса», «пиар», а с его компанией Hearst Corporation — создание индустрии новостей и зарабатывание денег на медиаскандалах и сплетнях. (*Примеч. ред.*)

и неспособности к обучению и изменениям. По моему убеждению, установки и поведение таких людей являются примером того, как структуры общества жестко кристаллизуются вплоть до полного разрушения. Можно легко проследить, как поколение «железных людей» сменяется поколением опустошенности: уберите гироскоп, и они окажутся полыми внутри.

Мы не станем рыдать, когда умрет «человек-гироскоп». На его могиле может быть выбита такая эпитафия: «Как динозавр, он имел власть без умения меняться и силу без способности учиться». Главный урок, который мы извлекли из изучения этих последних представителей XIX века, состоит в том, что нам не стоит попадаться на удочку этой псевдо-«внутренней силы». Если мы четко понимаем, что их гироскопический метод обретения психологической силы неэффективен и саморазрушителен и их внутренняя направленность является моралистской подменой целостности вместо целостности как таковой, мы тем более должны искать новый центр силы внутри нас самих.

В действительности наше общество еще не нашло чего-либо на замену ригидным правилам «человека-гироскопа». Рисмен отмечает, что «внешне ориентированные» люди нашего времени обычно характеризуются *пассивностью* и *апатией*. Современные юноши отходят от амбиций добиться превосходства и оказаться на вершине успеха; в случае наличия таких амбиций они рассматривают их как ошибочные и испытывают чувство вины за подобное наследие моральных норм своих отцов. Они стремятся к признанию сверстниками, вплоть до готовности оставаться в тени и быть поглощенными группой. Эта социологическая картина в общих чертах похожа на ту, что мы наблюдаем в психологической работе с людьми.

Десять или двадцать лет назад опустошенность, которую начали испытывать представители среднего класса и которую часто называли «болезнью окраин», вызывала улыбку на устах. Наиболее точная картина пустой жизни человека из пригорода: встает ежедневно в одно и то же время, садится на один и тот же поезд, чтобы добраться до работы, выполняет одни и те же обязанности в офисе, ходит на обед в одно и то же место, оставляет одну и ту же сумму чаевых, возвращается на одном

и том же поезде домой, имеет двух-трех детей, возделывает небольшой садик, каждое лето безрадостно проводит двухнедельный отпуск на побережье, каждые Рождество и Пасху ходит в церковь, рутинно и механически проживает год за годом до выхода на пенсию в 65 лет и скоропостижно умирает вскорости от сердечной недостаточности, причиной которой вполне могла бы стать подавленная враждебность. Впрочем, у меня всегда было подозрение, что умирает он от скуки.

Но за последние десять лет появились индикаторы того, что опустошенность и скука стали для многих гораздо более серьезной проблемой. Не так давно в нью-йоркских газетах можно было встретить публикации о достаточно интересном инциденте. Водитель автобуса в Бронксе просто уехал в своем пустом автобусе в неизвестном направлении, а через несколько дней его нашла полиция Флориды. Он объяснил свой поступок тем, что ему надоел один и тот же ежедневный маршрут, и он решил отправиться в путешествие. Поскольку его вернули обратно, согласно информации из газет, у его компании возникли сложности с решением о том, должен ли он понести наказание и какое именно. По возвращении в Бронкс странствующий водитель автобуса стал триумфатором, и толпа людей, из которых очевидно мало кто был лично с ним знаком, приветствовала его. И когда было объявлено, что компания решила не привлекать водителя к ответственности и вернула ему работу в обмен на обещание не совершать впредь подобных увеселительных прогулок, в Бронксе царило оживление, как в прямом, так и в переносном смысле этого слова.

Так почему же солидные граждане Бронкса, проживающие в районе Метрополитэн и представляющие собой образец урбанистического консерватизма, сделали героем человека, который в соответствии с их стандартами был угонщиком автомобиля и, что еще хуже, не явился вовремя на работу? Не стал ли тот водитель, которому до смерти надоело объезжать одни и те же улицы и останавливаться на одних и тех же перекрестках, квинтэссенцией пустоты и никчемности этих представителей среднего класса, и не стал ли его поступок, несмотря на отсутствие результата, олицетворением некоей глубинной, но подавленной потребности солидных жителей Бронкса? Это похоже на то, как несколько десятилетий назад представители верхушки среднего

класса в буржуазной Франции, как отмечал Пауль Тиллих[1], могли выдерживать опустошающую и механическую рутину коммерции и промышленности только за счет близости центров богемы. Те, кто живет как «полые люди», могут выдерживать монотонность, лишь создавая себе некую отдушину или идентифицируя себя с теми, кто смог создать себе такую отдушину.

В некоторых кругах опустошенность даже является целью, к которой следует стремиться под предлогом «тонкой настройки». В журнале Life в статье «Проблема жены»[2] можно увидеть наиболее исчерпывающую иллюстрацию подобной тенденции. Резюмируя серию исследований, опубликованных в журнале Fortune, о роли жен топ-менеджеров корпораций, в статье отмечается, что на продвижение топ-менеджера влияет то, насколько его супруга способна соответствовать «паттерну». Когда-то только за супругой министра пристально следили представители церкви до избрания супруга на пост; теперь же и за супругой топ-менеджера в корпорации ведется скрытое или открытое наблюдение, подобно тому как отслеживается производство стали, шерсти или иного сырья, используемого компанией. Такая жена должна быть очень общительной, в меру интеллектуальной, неподозрительной, и у нее должна быть очень «чувствительная антенна» (и снова аналогия с радаром!), чтобы всегда быстро адаптироваться.

«Хорошая жена хороша тем, чего она *не* делает, — не жалуется, когда ее муж допоздна задерживается на работе, не суетится, когда ее мужа переводят, не занимается предосудительной деятельностью». Таким образом, успешность жены зависит не от степени ее активности, а от понимания ею, когда и как быть пассивной. Но есть правило, которое превосходит все остальные, пишет Life, и оно гласит: «Не будь слишком хорошей. Важно просто быть не хуже других. Если прежде, в более бесцеремонные и примитивные времена, не отставать означало быть далеко впереди, то

---

1 Тиллих Пауль Йоханнес (1886–1965) — немецкий и американский протестантский теолог и философ-экзистенциалист. Автор трудов «Мужество быть», «Динамика веры», «Систематическая теология». Считается одним из крупнейших теологов XX века. (*Примеч. ред.*)

2 7 января 1952 г. (*Примеч. авт.*)

сейчас не отставать — это просто не отставать. Да, человек может идти вперед, но медленно и деликатно». В конце концов, компания начинает регулировать все, что делает жена, — от того, кто может сопровождать ее в автомобиле, до того, что ей позволено пить и читать. Разумеется, в обмен на это современная корпорация «заботится» о своих членах в формате предоставления им дополнительной безопасности, страховки, организации отпуска и т. п. Life сравнивает «компанию» с «Большим Братом» — символом диктатора в романе Оруэлла «1984».

Редакторы журнала Fortune признают, что находят эту картину «несколько пугающей. Кажется, что конформность возводится в ранг религии... Возможно, американцы придут к муравьиному обществу не под гнетом диктатора, а лишь следуя своему неистовому желанию ужиться друг с другом...»

Если десять или двадцать лет назад бессмысленная скука и могла вызвать смех, то сейчас опустошенность для многих превратилась из состояния скуки в состояние бесполезности и отчаяния, что уже может быть опасно. Повсеместное распространение наркотической зависимости среди студентов нью-йоркских колледжей связано с тем фактом, что у подавляющего большинства подростков нет видения иных перспектив, кроме службы в армии и экономической нестабильности, нет позитивных конструктивных целей. Человеческое существо не может долго жить в условиях опустошенности: если человек не стремится к чему-либо, то он не просто оказывается в стагнации; сдерживаемый потенциал трансформируется в болезненное отчаяние и, как результат, — в деструктивные проявления.

Каково психологическое происхождение опыта переживания опустошенности? *Чувство* опустошенности, которое мы наблюдаем в социальном или индивидуальном плане, вовсе не означает, что человек *является* пустым или что у него нет эмоционального потенциала. Человеческое существо не является пустым в статическом смысле, как если бы оно было разряженной батарейкой, требующей подзарядки. Переживание опустошенности приходит от ощущения человеком *бессилия* сделать что-либо эффективное в своей жизни или в мире, в котором он живет. Внутренний вакуум является долгосрочным результатом накопления

представлений человека о самом себе: убеждения в том, что он не может действовать как целостная единица по отношению к самому себе, направляя свою собственную жизнь или изменяя установки других по отношению к нему, или эффективно влиять на мир вокруг себя. Так у него возникают чувства отчаяния и бессилия, хорошо знакомые многим людям в наши дни. И вскоре после того, как его желания и чувства перестают иметь значение, он перестает что-либо желать и чувствовать. Апатия и отсутствие чувств также являются защитными механизмами тревоги. Когда человек постоянно сталкивается с опасностями, которые он не в силах преодолеть, его последней линией защиты становится избегание даже ощущения этих опасностей.

В наши дни вдумчивые исследователи имеют возможность наблюдать подобные изменения. Как отмечал Эрих Фромм, современные люди подчиняются не авторитету церкви или моральных норм, а «анонимным авторитетам» общественного мнения. Авторитет публичен сам по себе, но эта публичность является лишь собранием большого количества индивидов с их радарными установками, улавливающими взаимные ожидания друг друга. Как показано в статье журнала Life, топ-менеджер корпорации — и его жена — успешно справились с «тонкой настройкой» к публичному мнению. Таким образом, публика сформирована из таких вот Томов, Мэри, Диков и Гарри, являющихся рабами общественного мнения! Рисмен отмечает как существенный момент тот факт, что публика боится призраков, привидений и химер. Она представляет собой анонимный Авторитет с заглавной буквы «А», являющийся сочетанием наших «я», но эти «я» лишены индивидуального центра. В конечном счете мы страшимся собственной коллективной призрачности.

Как отметили редакторы журнала Fortune, у нас есть веские причины опасаться ситуации конформности и индивидуальной опустошенности. Нам нужно лишь напоминать самим себе, что этическая и эмоциональная опустошенность европейского общества два-три десятилетия назад стала открытым приглашением фашистской диктатуре взять власть и заполнить вакуум.

Большая опасность такой бессодержательности бытия заключается в том, что это рано или поздно приводит к болезненной тревоге и отча-

янию и в конечном счете, если не корректируется, — к невостребованности и блокированию самых ценных качеств человека. В результате мы получаем приостановку в развитии и истощение личности в психологическом плане или даже возврат к деструктивной авторитарности.

Одиночество

Еще одна характерная черта современного человека — одиночество. Люди описывают это чувство как состояние «нахождения вовне», изоляции или, если они более интеллектуальны, используют термин «отчуждение». Они подчеркивают, что для них важно быть приглашенными на вечеринку или званый ужин не потому, что они хотят туда пойти (хотя, как правило, они идут), равно как и не ради веселья, хорошей компании, обмена опытом или получения человеческого тепла от встречи (очень часто им там просто скучно). Скорее приглашение важно как подтверждение того, что они не одиноки. Одиночество представляет такую огромную и болезненную угрозу для многих людей, что они даже не имеют понятия о позитивных аспектах уединения, а временами их просто пугает перспектива остаться одним. Андре Жид отмечает, что многие люди «страдают от страха обнаружить себя в одиночестве... и поэтому совсем теряют себя».

Ощущения опустошенности и одиночества идут рука об руку. Например, когда люди рассказывают о завершении отношений, зачастую они говорят не о своей печали или униженности уходом партнера, но скорее о том, что чувствуют себя «опустошенными». Как кто-то заметил, в случае потери другого человека на его месте остается «зияющая пустота».

Не так уж и сложно увидеть причины тесной взаимосвязи между опустошенностью и одиночеством. Ведь когда у человека нет своего мнения о том, чего он хочет или что чувствует; когда в период травматичных изменений он начинает осознавать, что привычные желания и цели, которым его учили следовать, не дают ему больше ощущения безопасности или не указывают путь; когда он ощущает внутреннюю пустоту и угрозу в обществе, где царит внешний хаос социальных потрясений, то его естественной реакцией становится оглянуться вокруг в поисках

людей. Он надеется, что они укажут ему некое направление или как минимум дадут чувство комфорта от сознания, что он не одинок в этой битве. Таким образом, опустошенность и одиночество являются двумя фазами в переживании базового опыта тревоги.

Возможно, читателю знакома та тревога, которая волной накрыла всех нас, когда на Хиросиму упала первая атомная бомба и когда мы ощутили самую большую опасность — оказаться последним поколением человечества, — но так и не поняли, как нам изменить поведение. В тот момент реакцией огромного количества людей было, как ни странно, внезапное глубокое одиночество. Норман Казинс[1] в своем эссе «Современный человек уже отжил свой век», выразившем чувства интеллектуалов в тот переломный исторический период, писал не о том, как защитить чье-либо «я» от атомной радиации, или как решить политические проблемы, или о трагедии человеческого саморазрушения. Напротив, его статья была полна размышлений об одиночестве. Он утверждал, что «вся человеческая история — это попытка скрыть свое одиночество».

Ощущение одиночества появляется, когда человек чувствует пустоту и страх, не просто потому, что он хочет быть защищенным толпой, как хищный зверь в стае. Равно как и тяга к другим не является просто попыткой заполнить пустоту внутри себя — хотя это одна из составляющих потребности человека в обществе себе подобных, когда он чувствует пустоту и тревогу. Но глубинной причиной является то, что человек приобретает опыт становления себя только через связь с другими людьми, и когда он находится один, без людей, он опасается утратить этот опыт обретения себя. Человек, биосоциальное млекопитающее, не только физически зависим от других людей — его родителей, обеспечивающих ему безопасность на протяжении долгого детства, он также получает от этих ранних отношений и осознание самого себя, что закладывает основу его способности ориентироваться в жизни. Эти важные аспекты мы рассмотрим подробнее в следующей главе, здесь же мы хотим отметить, что частично наше чувство одиночества

[1] Казинс Норман (1915–1990) — американский политический журналист и общественный деятель, многолетний главный редактор газеты New York Post. Также занимался исследованием влияния смеха на здоровье человека. (*Примеч. ред.*)

обусловлено человеческой потребностью в отношениях с другими людьми для самоориентации.

Другой важной причиной чувства одиночества выступает тот факт, что наше общество делает такой сильный акцент на социальном принятии. Это наш главный способ уменьшить тревогу и поддержать престиж. Нам постоянно нужно доказывать нашу «социальную успешность», демонстрируя востребованность и не оставаясь наедине с собой. Если человек получает социальное одобрение, то есть социально успешен, — и мысль идет дальше — человек редко бывает одинок; верно и обратное — когда человек не получает подобного одобрения, он проигрывает эту гонку. В эпоху «человека-гироскопа» и в более ранние времена критерием престижа являлся финансовый успех; сейчас существует убеждение, что если человек получает социальное одобрение, то финансовый успех и престиж не заставят себя ждать. Вилли Ломан в пьесе «Смерть коммивояжера»[1] советует своим сыновьям: «Нравьтесь другим, и вам не придется ничего желать».

Обратной стороной чувства одиночества является сильный страх остаться одному. В нашей культуре допустимо говорить о том, что ты одинок, только в отрицательном контексте. Меланхоличные романтичные песни представляют это ощущение с определенной долей ностальгии:

Я и моя тень,
И никому нет дела до меня...
Только я и моя тень,
В одиночестве и печали[2].

Также считается допустимым хотеть временно побыть в одиночестве, чтобы «уйти от всего этого». Но если человек упоминает на вечеринке,

---

[1] «Смерть коммивояжера» — пьеса американского писателя Артура Миллера. Создана в 1949 г. и считается самым значительным произведением автора. Удостоена Пулитцеровской премии. (*Примеч. ред.*)

[2] «Я и моя тень», Б. Роуз, А. Джолсон, Д. Дрейер, права принадлежат Bourne Inc., Нью-Йорк, 1927. Используется с разрешения правообладателей. (*Примеч. авт.*)

что ему хочется быть одному не для отдыха или восстановления после разрыва отношений, а просто потому, что ему так нравится, люди начинают подозревать, что с этим человеком что-то не в порядке — что он неприкасаемый или больной. А если человек одинок продолжительное время, люди думают, что он неудачник, поскольку им невозможно принять то, что быть одному — это его выбор.

Этот страх остаться одному стоит за насущной потребностью наших современников приглашать кого-либо или самим принимать приглашения. Подобное стремление «встречаться» никак не соотносится с такими реалистичными мотивами, как теплота человеческого общения, взаимное обогащение чувств, идей и опыта или даже просто удовольствие от отдыха. По большому счету, эти мотивы имеют мало общего с навязчивым желанием быть приглашенным. Умные люди хорошо понимают это и даже рады бы ответить отказом, но очень хотят оставить за собой *шанс* пойти, а отклонить приглашение по негласным законам социальной жизни означает, что рано или поздно тебя перестанут приглашать. Леденящий страх перед перспективой замкнуться и оказаться на обочине жизни проникает в их мозг из глубин подсознания.

Разумеется, во все времена люди боялись одиночества и старались его избежать. Еще в XVII веке Паскаль обратил внимание, что люди прикладывают колоссальные усилия, чтобы отвлечься, и предположил, что подобные уловки спасают человека от мыслей о самом себе. Сто лет назад Кьеркегор писал, что «человек делает все возможное и отвлекается во что бы то ни стало, и музыка громкоголосых янычар гонит прочь мысли об одиночестве; прямо как в лесах Америки стараются отогнать от себя диких животных, размахивая факелами и издавая вопли под звуки цимбал». Но отличие состоит в том, что в наши дни переживание одиночества стало гораздо более сильным, а защитные механизмы от него — отвлечения, социальные рауты и «стремление нравиться» — стали более ригидными и компульсивными.

Позвольте нам описать импрессионистскую картину: в каком-то смысле утрированный, но, с другой стороны, не такой уж и необычный пример страха одиночества на материале времяпрепровождения на летних

курортах. Давайте возьмем типичное добропорядочное общество на морском побережье, где люди беззаботно отдыхают. Главное развлечение здесь — нескончаемые коктейльные вечеринки, несмотря на то что их участники ежедневно видятся с одними и теми же людьми, пьют одни и те же коктейли, обсуждают одни и те же темы или просто ведут бессодержательные разговоры. Причем важно не то, о чем говорится, а то, что какой-то постоянный разговор имеет место быть. Сохранять молчание — это великое преступление, поскольку молчание свидетельствует об одиночестве и вселяет страх. Человек не должен слишком сильно чувствовать, не должен искать много смысла в сказанном: то, что ты говоришь, будет эффектнее, если ты не будешь пытаться понять это. Может возникнуть впечатление, что эти люди боятся чего-то, — чего же именно? Это как своеобразные «ятата» — примитивные ритуальные танцы ведьм, направленные на то, чтобы умилостивить какого-либо божка. И этот божок, а точнее демон, которого они пытаются умилостивить, — призрак одиночества, витающий над человеком, как стелющийся над морем туман. Человеку приходится сталкиваться с этим зловещим призраком в первые полчаса после утреннего пробуждения, поэтому он будет делать все возможное, чтобы держаться от него подальше. Образно говоря, они пытаются умилостивить страх смерти — смерти как символа окончательного отделения, одиночества, изоляции от других людей.

Нельзя не признать, что описанная выше картина утрирована. В повседневном опыте большинства из нас страх одиночества проявляется не столь интенсивно. Обычно мы умеем гнать от себя мысли об одиночестве, и наша тревога может прорываться только в случайных ночных кошмарах, которые мы стараемся забыть по пробуждении. Но эти различия в интенсивности страха одиночества и успешности наших защит против него не меняют сути проблемы. Наш страх одиночества может не проявляться в тревоге как таковой, но когда мы не приглашены на какую-то вечеринку, он проявляется в еле уловимых мыслях о том, что мы нравимся какому-то человеку, пусть даже он не нравится нам, или что мы пользовались успехом и популярностью давным-давно. Зачастую этот процесс, приносящий нам некоторое успокоение, настолько автоматический, что мы уже и не осознаем его как таковой — только по целительным последствиям для нашей самооценки. Если мы как люди

середины XX века честно заглянем внутрь себя, если мы посмотрим, что скрывается за нашими привычными масками, не обнаружим ли мы страх одиночества в роли нашего неизменного спутника, невзирая на весь этот маскарад?

Страх остаться одному в значительной степени обусловлен тревогой *перестать осознавать самих себя*. Если люди жалуются на свое одиночество в течение длительного времени без возможности обмолвиться с кем-либо словом или включить фоном радио, обычно они боятся «утомиться от безделья», потерять границы самих себя, они опасаются, что у них не будет системы координат, не будет ничего, что помогло бы им ориентироваться. Достаточно интересно заявление таких людей, что если бы им пришлось надолго остаться одним, они не смогли бы работать или играть до усталости и поэтому не смогли бы даже заснуть. И тогда, хотя они и не в состоянии этого объяснить, они как бы теряют грань между бодрствованием и сном, как если бы они потеряли грань между субъективным «я» и объективным миром вокруг себя.

Каждый человек получает подтверждение своего существования на основании того, что другие говорят ему или думают о нем. Но многие современные люди настолько далеко зашли в своей зависимости от других, что начинают бояться, что без других они утратят ощущение собственной реальности. Они чувствуют, что могут быть «размыты», как песок, смытый водой. Многие люди подобны слепцам, двигающимся в жизни наощупь, опираясь на контакт с другими людьми.

В своей крайней форме страх потерять ориентиры является страхом психоза. Когда люди действительно находятся на грани психоза, у них часто обостряется потребность искать контакты с другими людьми. Это существенно, поскольку такие отношения представляют для них мост, связывающий с реальностью.

Но здесь мы обсуждаем несколько иной вопрос. Современный западный человек, которого на протяжении четырех веков учили тому, что во главу угла нужно ставить рационализм, единообразие и механистичность, неизменно предпринимал безуспешные попытки подавить аспекты

своего «я», не соответствовавшие этим единообразным и механистическим стандартам. Не будет преувеличением сказать, что современный человек, ощущая свою внутреннюю пустоту, боится, что если вокруг него не будет этих привычных связей, если под рукой не окажется талисмана ежедневной работы и регулярного расписания, если он забудет, сколько времени, то он будет ощущать, хотя и не отдавая себе в этом отчета, некую угрозу, подобную той, что ощущает человек, находящийся на грани психоза. Когда возникает угроза привычным ориентирам и человек остается один, без себе подобных, он вынужден рассчитывать на внутренние ресурсы и внутреннюю силу, а это как раз то, развитие чего современный человек отрицает. Поэтому одиночество — это реальная, не воображаемая угроза для многих людей.

Социальное принятие, «умение нравиться» так одобряется именно потому, что позволяет сдерживать ощущение одиночества. Человек находится в теплых комфортных условиях, он сливается со своей группой. Он снова поглощен — как если бы он снова оказался в утробе матери, если использовать крайности психоаналитической символики. Он временно избавляется от своего одиночества, но это происходит ценой отказа от своего бытия как отдельной личности. И он не признает то единственное, что могло бы помочь ему конструктивно преодолеть одиночество в долгосрочной перспективе: развитие собственных внутренних ресурсов, обретение силы и постановку цели и использование всего этого для осмысленных отношений со значимыми другими. «Пресыщенные люди» обречены стать еще более одинокими, вне зависимости от того, насколько они лезут из кожи вон: «полый человек» не имеет той основы, которая могла бы помочь ему научиться любить.

Тревога и угроза для себя

Тревога, еще одна характеристика современного человека, является даже более фундаментальной, нежели пустота или одиночество. Состояния «полости» или одиночества не беспокоили бы нас так, если бы не заставляли испытывать характерную психологическую боль и смятение, называемые тревогой.

Никого из читающих утренние газеты не нужно убеждать в том, что мы живем в век тревоги. Две мировые войны за 35 лет, экономические потрясения и депрессии, всплеск фашистских зверств и рост тоталитарного коммунизма, а в настоящее время не только нескончаемые локальные конфликты, но и перспективы затяжных холодных войн, когда мы в буквальном смысле скатываемся к развязыванию Третьей мировой с применением атомного оружия, — этих простых фактов, которые можно найти на страницах любого ежедневного издания, достаточно для того, чтобы проиллюстрировать угрозу основам нашего бытия. И неудивительно, что Бертран Рассел пишет, что «одно из неприятных свойств нашего времени состоит в том, что те, кто испытывает уверенность, глупы, а те, кто обладает хоть каким-то воображением и пониманием, исполнены сомнений и нерешительности».

Я уже отмечал в предыдущей книге «Смысл тревоги», что середина XX века наполнена тревогой больше, чем любой другой исторический период после кризиса Средневековья. То время в XIV и XV веках, полное тревоги в виде страха смерти, мучительных поисков смысла и ценности человеческой жизни, разгула суеверий и боязни нечистой силы и ведьм — это наиболее близкий к нам период для сравнения. В работах историков позднего Средневековья можно обнаружить страх атомной катастрофы, который они описывали как «страх смерти», утрату веры и этических ценностей, «поиски смысла», что созвучно описанию нашего времени. Мы полны суеверий о пришельцах на летающих тарелках и инопланетянах с Марса, а также о собственной «нечистой силе и ведьмах» в форме демонических нацистских вождей и героев других тоталитарных мифологий. Те, кто желает найти более подробное описание тревоги настоящего времени, ее проявлений в росте эмоциональных и когнитивных нарушений, разводов и суицидов, а также в политических и экономических потрясениях, могут найти это в вышеупомянутой книге.

Действительно, фраза «век тревоги» стала для нас общим местом, банальностью. Мы настолько измотаны постоянным состоянием квазитревоги, что велик соблазн закрыть глаза на реальную опасность, захлопнуться, как устрица в раковине. Нам предстоит жить в мире потрясений, столкновений, войн и слухов о войнах в течение ближай-

ших двух-трех десятилетий, и для человека «с умом и воображением» становится испытанием встречать эти вызовы открыто и использовать тревогу конструктивно, опираясь на смелость и интуицию.

Ошибочно считать, что современные войны и депрессии, а также политические угрозы — это некая общая причина нашей тревоги, поскольку наша тревога, в свою очередь, является причиной этих катастроф. Тревога, превалирующая в наши дни, а также череда экономических и политических катастроф, которые случились в нашем мире, — все это *симптомы одних и тех же глубинных причин*, имя которым — травматичные изменения, происходящие в западном обществе. Так, например, фашистская и нацистская тоталитарная диктатура не появилась бы только потому, что Гитлер или Муссолини решили захватить власть. Скорее это можно объяснить тем, что когда нация угнетена из-за неудовлетворенных экономических потребностей, а также психологической и духовной пустоты, на смену приходит тоталитарная система, чтобы заполнить этот вакуум; и люди разменивают свою свободу, поскольку им необходимо как-то избавиться от тревоги, которая оказывается для них непосильной ношей.

Замешательство и дезориентация нашего общества высвечивают эту тревогу в более широком масштабе. В период войн и военных угроз мы понимаем, против чего мы: против тоталитарного посягательства на свободу и на чувство собственного достоинства человека. Мы чувствуем себя вполне уверенно в собственной милитаристской мощи, но мы ведем оборонительную борьбу; мы подобны сильному зверю, загнанному в угол, который пытается увернуться и не уверен, стоит ли ему обороняться, замереть или переходить в наступление. Как нация, мы испытываем огромные трудности с принятием решения, как далеко нам вторгаться в Корею, стоит ли развязывать войну здесь или там, нужно ли положить предел тоталитаризму в той или иной точке земного шара. Если кто-то нападает на нас, мы должны выступать единым фронтом. Но мы пребываем в замешательстве относительно конструктивности целей: *на что* мы тратим силы помимо защиты? И даже очертания новых целей, какими бы многообещающими они ни казались для всего мира, например план Маршалла, ставятся под сомнение отдельными группами.

Когда человек непрерывно страдает от тревоги на протяжении некоторого времени, его тело подвергается психосоматическим заболеваниям. Когда группа постоянно испытывает тревогу, но при этом не предпринимает никаких согласованных конструктивных шагов, ее члены рано или поздно начинают действовать друг против друга. Точно так же, когда наша нация пребывает в состоянии замешательства и дезориентации, мы становимся незащищенными перед такой заразой, как подавление личности, что характерно для движения маккартизма, охоты на ведьм, а также тотальной слежки, когда каждый начинает с подозрением относиться к своему соседу.

Возвращаясь от социума к отдельному человеку, мы можем видеть наиболее очевидные проявления тревоги в повсеместном распространении невроза и других эмоциональных расстройств, коренящихся в тревоге, на что указывали практически все психологи, начиная с Фрейда. В свою очередь, тревога является общим психологическим знаменателем психосоматических нарушений, таких как язва, большинство проблем с сердцем и т. д. И наконец, тревога — это величайшая чума наших дней, то, что больше всего подрывает здоровье и благополучие человека.

Если мы пристальнее рассмотрим нашу личную тревогу, то увидим, что ее причины гораздо глубже, нежели угроза войны и экономическая неопределенность. Мы испытываем тревогу, потому что не знаем, какие роли нам исполнять, какими принципами руководствоваться. Наша личная тревога, как и то, что испытывает наша нация, — это базовое замешательство и непонимание, куда мы идем. Должен ли человек прилагать огромные усилия в конкурентной борьбе за экономическое благополучие и успех, как нас учили, или же быть приятным во всех отношениях, чтобы всем нравиться? Нельзя преуспеть и в том и в другом. Должен ли человек быть моногамным в сексе, как его учит общество, или же вступать в общепринятые внебрачные связи, как это было показано в отчетах Кинси?

Это лишь два примера базовой дезориентации относительно целей и ценностей, которую испытывают современные люди; мы вернемся

к ним позже в данной книге. Доктор и миссис Линд[1] в своем исследовании американского города Среднего Запада 1930-х годов «Миддлтаун в переходный период» говорят о том, что жители этого типичного населенного пункта «столкнулись с хаосом противоречивых паттернов, ни один из которых не был полностью отвергнут, но и ни один из них не получил явного одобрения, разве что вызвал замешательство». Главное различие между Миддлтауном 1930-х годов и ситуацией в настоящее время, как мне кажется, состоит в том, что замешательство стало еще более глубоким и теперь затрагивает чувства и желания. В состоянии подобной дезориентации многих людей терзают мрачные предчувствия, как у молодого человека в эклоге Одена[2] «Век тревоги»:

> ...Уж скоро и конец!
> А спросят ли о нас?
> Иль просто мы здесь были нежеланны?

Если кто-то считает, что на эти вопросы есть простые ответы, то он не понял ни сами вопросы, ни то время, в которое ему суждено жить. Как заметил Герман Гессе, это время, «когда все наше поколение оказалось в тисках... между двумя эпохами, двумя модусами жизни, и, как следствие, оно вообще перестает быть способным понимать себя, не имея каких бы то ни было норм, безопасности, да и просто прав».

Но не стоит забывать и о том, что тревога символизирует конфликт, и пока конфликт существует, возможно его конструктивное решение. Действительно, наши нынешние разочарования во многом являются подтверждением новых возможностей в будущем, что мы и увидим ниже, поскольку они говорят о катастрофе сейчас. Для конструктивно-

---

[1] Линд Роберт (1892–1970) и Хелен (1894–1982) — американские социологи. В 1923–1926 гг. провели новаторское исследование социальной жизни городка Манси (штат Индиана), вошедшего в историю социологии как «Средний город» (Middletown). (*Примеч. ред.*)

[2] Оден Уистен Хью (1907–1973) — английский и американский поэт. Писал в жанре интеллектуальной лирики, затрагивая философские, религиозные, социальные темы. Получил Пулитцеровскую премию за барочную эклогу «Век тревоги». (*Примеч. ред.*)

го использования тревоги необходимо прежде всего, чтобы мы честно признали и без страха взглянули на свое пагубное состояние, как в каждом отдельно взятом случае, так и в масштабах социума. Чтобы как-то помочь в этом, мы постараемся описать феномен тревоги более точно.

Что такое тревога?

Так как же мы определяем тревогу и как она соотносится со страхом?

Если вы переходите шоссе и видите, что к вам приближается машина, ваше сердцебиение учащается, вы фокусируетесь на расстоянии между вами и машиной и на расстоянии, которое нужно преодолеть, чтобы достичь безопасной стороны шоссе, и вы торопитесь быстрее перейти его. Вы испытали страх, и он заставил вас поскорее оказаться в безопасности. Но если в процессе перехода дороги вы внезапно обнаруживаете поток машин, двигающихся в противоположном направлении, вы попадаете в ловушку, не зная, в какую сторону идти. Ваше сердце бьется все сильнее, но теперь, в отличие от описанного выше опыта переживания страха, вы начинается паниковать, и ваш взгляд затуманивается. У вас возникает импульс, — который, мы надеемся, вам удается удержать под контролем, — бежать сломя голову в любом направлении. При увеличении скорости машин вы можете испытывать легкое головокружение и своеобразную пустоту в области желудка. Это и есть тревога.

Испытывая страх, мы знаем, что нам угрожает, мы мобилизуемся в такой ситуации, наше восприятие обостряется, и мы предпринимаем шаги, чтобы убежать или иными адекватными способами справиться с опасностью. В то время как испытывая тревогу, мы ощущаем угрозу без понимания того, какие шаги предпринять при встрече с опасностью. Тревога сродни чувству быть «пойманным», «застигнутым врасплох», и вместо обострения наше восприятие обычно становится затуманенным и расфокусированным.

Тревога может проявляться с разной степенью интенсивности. Это может быть едва заметное напряжение перед встречей с каким-либо важным для нас человеком или дурное предчувствие перед экзаменом,

когда человек не уверен в успехе, а его будущее зависит от результатов экзамена. Или это может быть леденящий ужас, когда лоб покрывается испариной в ожидании известия, погиб ли близкий человек в авиакатастрофе или выжил, утонул ли ребенок или спасся во время шторма на озере. Люди переживают тревогу в самых разных формах: ноющая боль внутри, сдавливание в груди, общая дезориентация; или они могут описывать ее как ощущение, что мир вокруг стал темно-серым или черным, или навалилась какая-то тяжесть; или как чувство сродни тому ужасу, который испытывает маленький ребенок, обнаруживший, что он потерялся.

Действительно, тревога может принимать разные формы и проявляться с разной интенсивностью, поскольку это *основная реакция человека на угрозу для его существования или же для некой ценности, которую он идентифицирует со своим существованием*. Страх является угрозой лишь для одной из сторон «я» — если ребенок с кем-либо дерется, то он может пораниться, но это не представляет угрозы его существованию; или когда студент университета переживает из-за приближения сессии, но понимает, что небеса не рухнут, если он завалит экзамены. Но как только угроза возрастает и захватывает все наше «я», человек начинает испытывать тревогу. Тревога поражает нас в самое сердце: это именно то, что мы испытываем, когда все наше существо оказывается под угрозой.

Скорее качество, а не количество нашего опыта приводит к тревоге. Один человек может, например, почувствовать ноющую боль, если его знакомый прошел мимо, не проронив ни слова; несмотря на то что эта угроза не настолько сильна, ощущение дискомфорта не покидает человека, и то, что он испытывает беспокойство и пытается найти объяснение такому «пренебрежению», говорит о том, что это угроза чему-то глубинному в нем. Тревога в ее полномасштабном проявлении является самой болезненной эмоцией, унаследованной человеческим существом. По словам Шекспира, «реальная опасность менее сильна, чем ее воображаемое проявление в будущем»; и были известны случаи, когда люди предпочитали выпрыгнуть из спасательной шлюпки и утонуть, нежели столкнуться с гораздо более сильными сомнениями и неопределенностью того, будут ли они спасены или нет.

Угроза смерти является наиболее распространенным символом для тревоги, но в наш цивилизованный век мало кому приходится сидеть на пороховой бочке или стоять под дулом пистолета. Наиболее сильно тревога проявляется в случае столкновения с угрозой той ценности, которую мы считаем основополагающей для нашей сущности. Том, человек, который вошел в историю благодаря тому, что у него было отверстие в желудке, позволяющее врачам из нью-йоркского госпиталя наблюдать его психосоматические реакции на тревогу, страх и иной стресс, являл собой прекрасную иллюстрацию этому. В периоды, когда Том тревожился, остаться ли ему в госпитале или уйти сразу после выздоровления, он говорил: «Если я не смогу содержать свою семью, я скорее брошусь со скалы». Иными словами, если его ценности самоуважения как добытчика что-то будет угрожать, для Тома, как и для коммивояжера Вилли Ломана и для несчетного числа наших сограждан, это будет означать, что он больше не существует как самость и может даже умереть.

Это показывает, что подобные переживания реальны практически для всех людей. Определенные ценности, будь то успех, или любовь к кому-либо, или свобода говорить правду, как Сократ, или быть верным своим «внутренним голосам», как Жанна д'Арк, считаются основополагающими для обоснования жизни человека; и если такая ценность оказывается разрушенной, у человека возникает ощущение, что и его существование как отдельной самости тоже может быть разрушено. «Дайте мне свободу или смерть!» — это не риторический вопрос, и в нем нет никакой патологии. С тех пор как к доминирующим ценностям большинства людей нашего общества относится стремление нравиться, быть принятым, получить одобрение, большая тревога исходит от угрозы не нравиться, оказаться изолированным, одиноким или брошенным.

Большинство из вышеприведенных примеров являются проявлением «нормальной тревоги», что означает, что тревога пропорциональна реальной угрозе опасной ситуации. При пожаре, в схватке, на ключевом экзамене в университете, например, любой в той или иной степени испытывает тревогу — было бы нереалистично этого не делать. Любой человек испытывает естественную тревогу в различных ситуациях и в различных формах, когда сталкивается и противостоит жизненным

кризисам. Чем с большим количеством «нормальных кризисов» человек способен совладать — отделение от матери, поход в школу и, рано или поздно, принятие на себя ответственности за свое профессиональное призвание и выбор супруга, — тем меньше невротической тревоги он испытывает. Естественной тревоги невозможно избежать, ее следует честно признать. Эта книга сфокусирована прежде всего на описании естественной тревоги человека, которому довелось жить в наш переходный век, а также на конструктивных способах совладания с этой тревогой.

Конечно, сильное проявление тревоги носит уже невротический характер, и мы должны как минимум констатировать это. Представьте себе юношу, музыканта, который идет на свое первое свидание, по непонятным ему причинам испытывает сильный страх перед девушкой и чувствует себя крайне скверно во время свидания. Далее представим, что он решил уклониться от решения этой реальной проблемы и поклялся себе, что в его жизни больше не будет места девушкам и он посвящает себя только музыке. Несколько лет спустя, будучи уже успешным холостым музыкантом, он обнаруживает, что чувствует себя скованно в присутствии женщин, не может без смущения разговаривать с ними, с недоверием относится к своему секретарю, до смерти боится женщин — руководителей организаций, с которыми должен взаимодействовать при составлении концертного расписания. Он не находит никаких объективных причин для такой боязни, так как понимает, что женщины не собираются в него стрелять и, в сущности, имеют мало влияния на него. Он испытывает невротическую тревогу, которая непропорциональна реальной опасности и проистекает из неосознаваемого конфликта внутри него самого. У читателя, возможно, уже возникли подозрения, что молодой музыкант имел серьезный конфликт с собственной матерью, который теперь бессознательно переносится на всех окружающих его женщин, заставляя бояться их.

В большинстве случаев невротическая тревога берет свое начало в таких бессознательных психологических конфликтах. Человек ощущает призрачную угрозу; он не знает, где скрывается враг или как бороться с ним либо убежать от него. Такие бессознательные конфликты обычно проистекают из определенных угрожающих ситуаций в более ранние

периоды жизни, с которыми человек не понимал, как справиться (например, доминирующий или властный родитель, отсутствие родительской любви). В таких случаях реальная угроза вытесняется и проявляется уже позже, принося с собой и невротическую тревогу. Способ взаимодействия с невротической тревогой — выявить исходный опыт, которого человек боится, а потом уже проработать его опасения как естественную угрозу или страх. В случае сильной невротической тревоги зрелым и мудрым шагом будет прибегнуть к профессиональной психотерапевтической помощи.

Но главной задачей для нас в этих главах будет постараться понять, как конструктивно использовать нормальную тревогу. Для того чтобы это сделать, мы должны прояснить один очень важный момент — отношения между тревогой человека и его самосознанием. Люди, имеющие за плечами какой-либо пугающий опыт, например участие в бою или пожар, часто отмечают: «Я почувствовал, как я весь оцепенел». Это происходит оттого, что тревога как бы выбивает из нашего осознания самих себя все показное. Тревога, как торпеда, поражает в самую «сердцевину», ведь именно на этом уровне формируется опыт осознания себя как личности, как субъекта, действующего в мире объектов. Таким образом, тревога в большей или меньшей степени стремится разрушить наше осознание самих себя. Например, в бою, пока враг атакует передовую, солдаты обороняющейся армии продолжают сражаться, несмотря на свой страх. Но как только вражеская армия начинает одерживать победу и прорывает передовую линию, обороняющаяся армия теряет ориентиры, в ее рядах начинается брожение, и она перестает осознавать себя как единое целое. Солдаты в таком случае впадают в состояние тревоги или паники. Вот что тревога делает с человеком: она дезориентирует его, временно лишая четкого представления о самом себе и затуманивая его взгляд на окружающую реальность.

Подобное замешательство — кто мы и что нам следует делать — наиболее болезненный аспект тревоги. Однако позитивной и обнадеживающей стороной тревоги является то, что как она разрушает наше самосознание, так и наше самосознание может разрушить тревогу. Иными словами, чем больше мы осознаем самих себя, тем более мы способны противостоять тревоге. Тревога, как и повышенная температура тела,

является сигналом того, что внутри нас идет борьба. Как температура свидетельствует о том, что тело мобилизует свои физические силы для борьбы с инфекцией, скажем с туберкулезной палочкой в легких, так и тревога является подтверждением психологической или духовной битвы. Как отмечалось выше, невротическая тревога является признаком неразрешенных внутренних конфликтов, и пока конфликт зреет, мы все еще сохраняем возможность осознать его причины и найти решение на более высоком уровне, связанном с нашим здоровьем. Невротическая тревога является своеобразным способом указать нам на необходимость решения конфликта. Это же верно и по отношению к настоящей естественной тревоге — мобилизовать наши ресурсы на борьбу против угрозы.

Как высокая температура в нашем примере является сигналом борьбы между организмом и инфицирующими бактериями, так и тревога является подтверждением борьбы между сильной стороной нашего «я», с одной стороны, и опасностью, грозящей разрушить наше существование, — с другой. Чем большее место занимает угроза, тем больше нам (в плане осознания нашего «я») приходится сдавать свои позиции, претерпевать ограничения, ощущать себя зажатыми в тисках. Но чем сильнее наши собственные ресурсы — чем сильнее наша способность действовать в направлении осознания себя и объективного мира вокруг нас, — тем меньше вероятность того, что нас может затронуть эта угроза. Таким образом, для пациента с туберкулезом сохраняется надежда, пока у него держится температура; но на финальной стадии заболевания, когда организм перестает бороться, лихорадка прекращается, и вскоре пациент умирает. По аналогии, единственное, что может означать утрату надежды на преодоление испытываемых нами как личностями и как нацией трудностей, — это впадение в апатию, неспособность чувствовать и конструктивно справляться с тревогой.

И тогда нашей задачей становится усиление нашей осознанности, поиск центра силы внутри нас, что позволит нам противостоять замешательству и неразберихе вокруг нас. В этом и состоит основная цель исследования, проведенного в данной книге. Тем не менее в первую очередь нам нужно разобраться, как мы оказались в столь затруднительном положении.

ГЛАВА 2

Причины нашего недуга

Первый шаг в преодолении проблем заключается в осознании их причин. Что же происходит в наше время в западном обществе, что отдельные личности и целые народы страдают от всей этой неразберихи и хаоса? Для начала давайте поинтересуемся, коротко взглянув на предшествующий период, какие же фундаментальные изменения произошли, что наш век стал веком тревоги и пустоты?

Утрата центра ценностей в нашем обществе

Основополагающим фактом является то, что мы живем в такой период истории, когда один способ бытия умирает в агонии, а другой только рождается. Иными словами, западное общество переживает переходный период с точки зрения ценностей и целей. Какие же именно ценности мы утратили?

Одним из двух главных убеждений современного общества со времен Ренессанса является ценность индивидуальной конкуренции. Считалось, что чем больше человек работает на свой экономический интерес и укрепление своего благосостояния, тем больше его вклад в материальный прогресс общества. Эта известная теория невмешательства государства в экономику хорошо работала на протяжении нескольких столетий. На ранних этапах современного индустриализма и капитализма ситуация складывалась таким образом, что для вас или для меня стремление к богатству через увеличение продаж или строительство более крупных заводов должно было означать увеличение

производства материальных благ в обществе. Увлечение конкуренцией было в свое время удивительной и смелой идеей. Но в XIX и XX столетиях произошли значительные изменения. В наше время гигантского бизнеса и монополистического капитализма сколько людей успешно победили в индивидуальной конкуренции? Осталось только несколько групп, таких как доктора и психотерапевты или отдельные фермеры, сохранившие роскошь быть боссами самим себе, — хотя и их тоже, как и любого другого человека, затрагивает повышение и понижение цен, а также нестабильный рынок. Подавляющее большинство работающих людей, в том числе капиталистов, профессионалов, владельцев бизнеса, должны входить в состав более крупных образований, таких как профсоюзы, отраслевые корпорации, университетские системы, в противном случае их ждет крах. Нас учили стремиться к первенству над теми, кто рядом с нами, но в действительности наш успех гораздо больше зависит от того, насколько эффективно мы научились работать в связке со своими коллегами. Совсем недавно я где-то прочитал, что даже мошенник-одиночка не может существовать сам по себе, он должен входить в банду.

Мы не имеем в виду, что что-то неправильно с индивидуальными усилиями и инициативой как таковой. В действительности, основную идею данной книги можно выразить как открытие заново уникальных сил и инициативы каждого конкретного человека и использование их как основы для работы на благо общества, а не растворение их в коллективном котле конформности.

Но мы убеждены, что в XX столетии, когда в результате научного и иного прогресса мы стали гораздо больше зависеть друг от друга в рамках нашей нации и в мире в целом, индивидуализм должен стать чем-то иным, нежели «своя рубашка ближе к телу». Если бы у вас или у меня была ферма в лесу, или мы хотели бы освоить новые территории пару веков назад, или обладали бы небольшим капиталом для начала бизнеса в прошлом столетии, философия «каждый сам за себя» могла бы раскрыть лучшее в нас и принести пользу обществу. Но каким образом подобный индивидуализм, направленный на конкуренцию, работает в наше время, когда даже супруги топ-менеджеров корпораций оцениваются на соответствие «паттерну»?

Одним словом, стремление индивида к личной выгоде без равноценного вклада в общественное благосостояние больше не приводит автоматически ни к чему хорошему для социума. Более того, такой тип индивидуальной конкуренции, когда проигрыш для вас оказывается выигрышем для меня, заставляя меня карабкаться вверх по лестнице, выявляет много психологических проблем. Он делает любого человека врагом для своего ближнего, вызывает сильную межличностную враждебность и недовольство, существенно повышает нашу тревогу и изоляцию друг от друга. Столкнувшись с подобной враждебностью в последние десятилетия, мы пытались скрыть ее самыми разными способами — через членство в благотворительных организациях от «Ротари Интернешнл» до «Клуба оптимистов» в 1920-е годы, через дружбу, когда ты нравишься всем вокруг, и многое другое. Но конфликты рано или поздно все равно становятся явными.

Это прекрасно и одновременно трагично воплощено в главном персонаже Вилли Ломане в пьесе Артура Миллера «Смерть коммивояжера»[1]. Вилли самого так учили, а он так учил своих сыновей, что главные цели — это оказаться впереди соседа и стать богатым, и для их достижения нужна инициатива. Когда мальчики крадут мячи и другой хлам, Вилли, хотя и лицемерно порицает их действия, восхищается их «бесстрашными характерами» и утверждает, что «их тренер, возможно, одобрил бы такую инициативу». Его друзья напоминают, что тюрьмы переполнены такими «бесстрашными характерами», на что он резонно отвечает, что «и фондовые биржи тоже».

Вилли пытается как-то побороть свою конкурентность, стремясь поступать так, как и большинство людей двадцать-тридцать лет назад, — «нравиться окружающим». Когда его на старости лет увольняют при смене политики в компании, Вилли приходит в глубокое замешательство, продолжая повторять самому себе: «Но ведь меня больше всех любили». Его смятение в этом конфликте ценностей — почему не сработало то, чему его учили? — нарастает, пока не достигает кульминации в сцене его самоубийства. Стоя у могилы отца, один из его сыновей продолжал

---

[1] «Смерть коммивояжера», Артур Миллер, Нью-Йорк, Viking Press, 1949. (*Примеч. авт.*)

настаивать: «У него была хорошая мечта — стать первым». Но другой его сын очень точно увидел то противоречие, которое и привело к смещению ценностей: «Он никогда не знал, кем он был».

Вторым фундаментальным убеждением нашего века является вера в индивидуальный разум. Это понятие, введенное в эпоху Ренессанса, как и тезис о ценности индивидуальной конкуренции, который мы только что обсуждали, оказалось чрезвычайно полезным для решения философских вопросов XVII века и способствовало прогрессу науки и образования. На протяжении первых веков Нового времени под индивидуальным разумом подразумевался «универсальный разум»: каждый мыслящий человек стремился найти универсальные принципы, благодаря которым все люди могли бы жить счастливо.

Очевидные изменения этой концепции также произошли в XIX веке. Психологически «разум» был отделен от «эмоции» и «воли». В основе такого разделения личности лежала предложенная Декартом дихотомия тела и души — что мы сможем проследить на всем протяжении книги, — но все следствия данной дихотомии не проявлялись до прошлого столетия. Человек конца XIX — начала XX века полагал, что разум может найти ответ на любой вопрос, что воля способствует этому, а эмоции, как правило, только мешают и их лучше подавить. Поразительно, но понятие «разум» (которое уже трансформировалось в «интеллектуальную рационализацию») начали использовать для расщепления личности, что в результате привело к подавлению и конфликту между инстинктом, эго и суперэго, так хорошо описанному Фрейдом. Когда Спиноза в XVII веке использовал слово «разум», он подразумевал такое отношение к жизни, когда мозг объединял эмоции с этическими целями и другими аспектами «целостного человека». В наши дни при использовании этого термина практически всегда подразумевается расщепление личности. В разных формах звучит один и тот же вопрос: «Должен ли я руководствоваться разумом, или дать волю чувственным страстям и потребностям, или же исполнить мой нравственный долг?»

Приверженность индивидуальной конкуренции и разуму, которую мы здесь рассматриваем, — это именно то, что *действительно* направляло развитие современного западного общества, но это вовсе не обязательно

представляло собой идеальные ценности. Несомненно, большинством людей воспринимались как *идеальные* ценности иудейско-христианской традиции в сочетании с нравственным гуманизмом, включавшие в себя такие заповеди, как «возлюби ближнего своего», «служи обществу» и т. п. В целом этим идеальным ценностям обучают в школах и церквях параллельно с настроем на конкуренцию и индивидуальный разум. (Мы можем проследить упрощенное влияние ценностей «служения» и «любви» в повсеместном распространении благотворительных клубов и выраженном стремлении «нравиться»). Действительно, два набора ценностей, первый из которых восходит к древним источникам в Палестине и Греции, а второй появился в эпоху Ренессанса, в значительной степени могут быть объединены. Например, протестантизм, являющийся религиозной основой культурной революции, произошедшей в эпоху Ренессанса, отражал новый индивидуализм в подчеркивании права и способности каждого человека на поиск религиозной истины для самого себя.

Брак вечных ценностей с рациональным прагматизмом просуществовал долго: на протяжении веков противоречия между «супругами» сглаживались достаточно успешно. Идеалу братства людей в значительной степени *содействовала* экономическая конкуренция — выдающиеся научные открытия, новые заводы и ускоренный рост производства способствовали повышению материального благосостояния и физического здоровья человека, и впервые в истории наша индустрия и наука могли развивать такие мощности, чтобы стереть с лица земли голод и материальную нужду. Бесспорно, наука и конкуренция в бизнесе подводят человека ближе, чем когда бы то ни было, к нравственным общечеловеческим идеалам.

Но за последние десятилетия стало очевидно, что этот брачный союз трещит по швам и нуждается в радикальном пересмотре или разводе. Ведь теперь победа одного, — вне зависимости от того, получает он более высокие оценки в школе или звездочки в воскресной школе или же обретает спасение души за счет экономической успешности, — блокирует возможность возлюбить ближнего. И как мы увидим позже, это даже препятствует любви между братом и сестрой, между мужем и женой в рамках одной семьи. Кроме того, поскольку благодаря научным

и промышленным достижениям наш мир стал «единым» в буквальном смысле этого слова, то значение индивидуальной конкуренции настолько же устарело, как если бы каждый человек стал доставлять свою почту собственной службой доставки. Последней каплей, вскрывшей противоречия в нашем обществе, был фашистский тоталитаризм, направленный против гуманистических и иудеохристианских ценностей, в частности ценности человеческой личности, попранных в чудовищном разгуле варварства.

Некоторые читатели могут подумать, что многие из вышеобозначенных вопросов поставлены неверно. Почему стремление к экономическому благополучию должно быть направлено *против* кого-либо из близких и почему разум идет *вразрез* с эмоциями? Согласен, но характерной чертой нашего времени как раз и является то, что все задают неверные вопросы. Старые цели, критерии, принципы до сих пор укоренены в наших умах и «привычках», но они уже больше не работают, и поэтому большинство людей испытывают фрустрацию оттого, что на поставленный вопрос невозможно получить правильный ответ. Или они попадают в круговерть противоречивых ответов — «разум» действует, когда человек идет на занятия, «эмоция» — когда он встречается с возлюбленным, «сила воли» — при подготовке к сдаче экзамена, а религиозный долг — на похоронах и на Пасху. Подобное дробление ценностей и целей очень быстро приводит к обесцениванию целостности личности, и человек, раздираемый противоречиями, не ведает, куда ему двигаться.

Несколько выдающихся личностей, живших в конце XIX — начале XX века, наблюдали подобное расщепление личности. Генрик Ибсен в литературе, Поль Сезанн в искусстве, Зигмунд Фрейд в науке о человека осознавали и отражали все происходящее. Каждый из них провозглашал, что нам нужно обрести некую новую целостность в нашей жизни. Ибсен в своей пьесе «Кукольный дом» показал, что если муж просто занимается бизнесом, разделяя работу и дом, как добропорядочный банкир XIX века, и относится к своей жене как к кукле, то такой дом постигнет крах. Сезанн выступал против фальшивого и сентиментального искусства XIX века и утверждал, что искусство должно честно отображать реалии жизни, а красота больше связана

с целостностью, нежели с привлекательностью. Фрейд отмечал, что если люди подавляют свои эмоции и пытаются вести себя так, будто секса и гнева не существует, это заканчивается неврозом. Он разработал новый метод взаимодействия с глубинными, бессознательными, «иррациональными» уровнями личности, которые до этого подавлялись, что должно было позволить человеку стать единым думающим-чувствующим-желающим целым.

Работы Ибсена, Сезанна и Фрейда были настолько значимы, что большинство из нас начали считать их пророками своего времени. И действительно, вклад каждого, вероятно, был крупнейшим в соответствующих областях. Но не являлись ли они последними титанами уходящего времени, нежели первыми — нового времени? Они считали актуальными ценности предыдущих трех столетий; грандиозные и незыблемые, как и созданные ими произведения, они руководствовались целями своего времени. Они жили до века опустошенности.

К сожалению, теперь уже кажется, что истинными пророками для середины XX века были Серен Кьеркегор, Фридрих Ницше и Франц Кафка. Я сказал «к сожалению», ибо это означает, что наша задача становится гораздо сложнее. Каждый из этих людей предвидел разрушение ценностей, вершащееся в наше время, одиночество, пустоту и тревогу, которые накроют нас в XX веке. Каждый из них предвидел, что мы не сможем больше опираться на цели прошлого. Мы будем часто цитировать этих трех мыслителей в данной книге, и не только потому, что они мудрейшие люди в истории, но и потому, что каждый из них тонко чувствовал и предвосхищал те дилеммы, с которыми сталкивается сейчас любой интеллектуал нашего времени.

Фридрих Ницше, например, заявлял, что наука в конце XIX века стала превращаться в фабрику, и он опасался, что достижения человечества в области технологий без параллельного прогресса в плане этики и самопознания могут привести к нигилизму. Выражая пророческие опасения того, что будет происходить в XX веке, он написал притчу о «смерти Бога». Это пугающая история о сумасшедшем, выбегающем на деревенскую площадь с возгласами «А где же Бог?». Окружающие его люди не верили в Бога, они смеялись и говорили, что Бог, возможно,

уехал путешествовать или эмигрировал. Тогда этот сумасшедший начал кричать: «Так куда же подевался этот Бог?»

«Я должен сказать вам! Мы убили его — вы и я!.. и как же мы сделали это?.. Кто дал нам губку стереть весь горизонт? Что содеяли, когда разорвали эту цепь, связывающую землю с солнцем?.. Куда же нам идти сейчас? Прочь от всех солнц. Не падаем ли мы беспрестанно? Назад, вбок, вперед, во всех направлениях? Существует ли теперь верх и низ? Не блуждаем ли мы в бесконечном ничто? Не чувствуем ли мы дыхание космоса? Не становится ли холоднее? Не наступает ли бесконечная ночь?.. Бог умер! Бог умер навсегда!.. и мы убили его!» На этом сумасшедший замолчал и оглядел своих слушателей: они тоже замолкли и смотрели на него... «Я пришел слишком рано, — сказал он... — это знаменательное событие еще в пути»[1].

Ницше не призывает возвращаться к традиционной вере в Бога, но он отмечает, что́ случается, когда люди теряют свой центр ценностей. Это его пророчество проявилось в волнах погромов, массовых убийств и тирании середины XX века. Знаменательное событие *было* в пути; ужасная ночь варварства спустилась на нас, когда гуманистические и иудеохристианские ценности были попраны.

По словам Ницше, выход состоял в обретении нового центра ценностей — он называет это «переоцениванием» или «трансоцениванием» всех ценностей. Он говорил, что «переоценивание всех ценностей является главным рецептом в деле окончательной самоэкзаменовки человечества»[2].

Вкратце, ценности и цели, представляющие собой некий консолидирующий центр в предыдущие века, сейчас стали неактуальны. Мы пока не нашли новый центр, который позволил бы нам конструктивно выбирать цели и преодолевать болезненную неопределенность и тревогу, когда мы не знаем, в каком направлении двигаться.

---

[1] Цит. по: *Кауфман В.* Ницше. Princeton University Press, 1950. С. 75. (*Примеч. авт.*)

[2] Там же. С. 89. (*Примеч. авт.*)

Утрата чувства собственного «я»

Другим источником нашего недуга является потеря ощущения значимости и человеческого достоинства. Ницше предсказывал это, когда обратил внимание на то, что индивидуальность поглощается стадом и что мы следуем «рабской морали». Маркс также это предугадывал, когда заявлял, что современный человек подвергается «дегуманизации», а Кафка в своих удивительных историях показал, как люди буквально могут потерять свою самоидентификацию.

Но эта утрата собственного «я» не случилась за одну ночь. Те из нас, кому довелось жить в 1920-х годах, могут вспомнить проявления нарастающей тенденции отзываться о себе в несостоятельных, упрощенных терминах. В те дни «самовыражением» считалось делать все, что взбредет в голову, как если бы самость была синонимом какого-то внезапного импульса и как если бы человек принимал решения из-за внезапной блажи, которая могла стать результатом как несварения желудка после быстрого ланча, так и жизненной философии. Тогда «быть собой» считалось оправданием соскальзыванию к наипростейшему знаменателю своих наклонностей. «Познать себя» не считалось чем-то особенно сложным, а личностные проблемы могли быть относительно легко решены путем лучшей «подстройки». В дальнейшем эти взгляды получили поддержку в таком чрезмерно упрощенном направлении психологии, как бихевиоризм Джона Б. Уотсона[1]. Тогда мы радовались, что ребенка можно вывести из состояния страха, подозрительности и других поведенческих проблем с помощью техник, существенно не отличающихся от той, которая обусловливает выработку слюны у собаки на звук колокольчика. Такие поверхностные взгляды на человека в дальнейшем были поддержаны верой в автоматический экономический прогресс — мы все будем становиться все богаче и богаче без особой борьбы или страдания. И окончательную ратификацию эти взгляды получили в религиозном морализме, который

[1] Уотсон Джон Бродес (1878–1958) — американский психолог, основоположник бихевиоризма — одного из ведущих направлений западной психологии XX в. Отрицал необходимость исследования сознания, сводил все психические явления к поведению и считал его совокупностью реакций организма на внешние стимулы. (*Примеч. ред.*)

процветал в 1920-х, хотя до этого никогда не поднимался выше уровня воскресной школы и больше брал от метода Куэ[1] и поллианнизма[2], чем от глубоких мыслей исторических или духовных лидеров. Практически любой, кто брался писать в те дни, поддерживал подобное упрощенное восприятие человека: Бертран Рассел (который, я уверен, был бы сторонником совершенно иной точки зрения в наши дни) написал в 1920-х годах, что наука развивается столь стремительно, что в скором времени лишь посредством обычных инъекций мы сможем обеспечивать людям те темпераменты, которые они хотят иметь, — вспыльчивый или застенчивый, с ярко выраженной сексуальностью или наоборот. Такая «кнопочная» психология была едко высмеяна Олдосом Хаксли в романе «О дивный новый мир».

Хотя 1920-е казались временем, когда у человека была огромная вера в силу личности, на самом деле все обстояло иначе: у людей была вера в технологии и аппараты, но не в человеческую сущность.

Чрезмерно упрощенное, механическое восприятие самости на самом деле означало подспудное отсутствие веры в достоинство, сложность и свободу личности.

В последующие два десятилетия после 1920-х неверие в силу и достоинство личности стали признавать уже открыто, поскольку появились железные «доказательства» того, что отдельная личность неважна, а личный выбор не имеет значения. Перед лицом тоталитарных движений и таких бесконтрольных экономических катаклизмов, как Великая депрессия, как отдельные личности мы чувствовали себя все меньше и незначительнее. Индивидуальное «я» было измельчено до беспомощной позиции той пресловутой песчинки, носимой волнами:

---

[1] Куэ Эмиль (1857–1926) — французский психолог и фармацевт. Занимался разработкой методов самовнушения, считал, что для выздоровления и достижения успеха надо регулярно повторять себе мантроподобные фразы. (*Примеч. ред.*)

[2] Поллианнизм (принцип Поллианны) — психологический феномен, заключающийся в том, что люди больше готовы соглашаться с позитивными утверждениями о самих себе. Получил название от книги американской детской писательницы Элинор Портер «Поллианна», где описана жизнь девочки, придерживающейся этого принципа в любых трудных ситуациях. (*Примеч. ред.*)

Мы движемся, как пожелает колесо;
Один поворот запечатлевает все — взлет и падение —
В счетах и ценах[1].

Таким образом, сегодня у большинства людей есть благовидные внешние «причины» для своей убежденности, что как самостоятельные личности они незначительны и слабы. Скорее всего, перед лицом огромных экономических, политических, социальных пертурбаций нашего времени они будут спрашивать, как им поступать. Авторитаризм в религии и науке, не говоря уже о политике, становится все более и более приемлемым не только потому, что множество людей прямо и открыто верят в него, но и потому, что по отдельности, индивидуально, они ощущают себя бессильными и полными тревоги. И вот появляется оправдание: что же может сделать отдельный человек, как не следовать за политическим лидером (как произошло в Европе) или подчиниться авторитету традиций, общественного мнения и социальным ожиданиям, как происходит сейчас в нашей стране?

Что забывается в таком «оправдании», так это, конечно, сам факт, что утеря веры в ценность личности и является частично *причиной* таковых значительных социальных и политических изменений. Или же, если говорить более точно, утеря самости и расцвет коллективистских движений, как мы уже указали, являются результатом таких же подспудных исторических изменений в нашем обществе. Поэтому нам нужно сражаться на обоих флангах: противостоять тоталитаризму и другим тенденциям, направленным на дегуманизацию личности, на одном фланге, и восстанавливать наш опыт и веру в ценность и достоинство личности — на другом.

Ошеломляющая картина утери чувства собственного «я» в нашем обществе дана в короткой новелле современного французского писателя Альбера Камю «Посторонний». Это история француза, который совершенно ничем не примечателен. И на самом деле, его вполне можно назвать «среднестатистическим» современным человеком. Он переживает смерть матери, ходит на работу и занимается обычными вещами,

1 *Оден У. Х.* Век тревоги. Нью-Йорк, Random House. С. 45. (*Примеч. авт.*)

у него есть возлюбленная и сексуальная жизнь. И все это происходит без его прямого решения или четкого осознания с его стороны. Позже он стреляет в человека, и даже в его собственном мозгу нет никакой ясности, выстрелил он по случайности или в целях самообороны. Он подвергается суду по обвинению в убийстве и приговаривается к казни. Все это — с ужасающим ощущением нереальности происходящего: как будто все это происходит с ним, но сам он не действует. Книга пропитана неопределенностью и шокирующим отсутствием ясности в мыслях, напоминающим зыбкую иллюзорность историй Кафки. Кажется, что все происходит во сне, когда человек никак не связан с окружающим миром, с тем, что он делает или что происходит с ним. Он — человек, не имеющий мужества или отчаяния, несмотря на внешне трагические события, которые с ним происходят, потому что у него нет понимания себя. В конце, когда он ожидает смертной казни, у него почти загорелась искра понимания, что было выражено словами Джорджа Херберта[1]:

> Безвольный корабль в шторм, врезающийся в каждую волну...
> Боже, я говорю о себе.

Почти, но не в полной мере; у него нет достаточного чувства собственного «я», чтобы родилось даже это понимание. Эта новелла — запоминающееся и слегка пугающее отображение современного человека, который является настоящим «посторонним» даже для самого себя.

Менее драматичные иллюстрации к утере значимости собственной личности встречаются повсеместно в современном обществе и стали настолько обычным делом, что мы воспринимаем их как нечто само собой разумеющееся. Например, в наши дни радиопередачи завершаются такой интересной репликой: «Спасибо, что слушали нас». Эта реплика удивительна, если вдуматься. Почему некто, производящий некий развлекательный продукт, *дающий* нечто, на первый взгляд ценное, благодарит получателя за то, что он это принимает? Принимать аплодисменты — это одно, но благодарить получателя за соизволение слушать и развлекаться — это совершенно другое.

---

[1] Херберт Джордж (1593–1633) — английский поэт-метафизик, англиканский священник. (*Примеч. ред.*)

Это означает, что развлекательному продукту придается ценность, или видимость ценности, желанием потребителя; в нашем случае потребители являются их повелителями, их публикой. Представьте Крейслера после отыгранного концерта, благодарящего слушателей за уделенное время! Можно провести параллель между этой ремаркой радиовещателя и придворным шутом, который должен был не только играть представление, но и одновременно умолять своих господ снизойти до развлечения его игрой, — в итоге придворный шут оказывался в максимально унизительной позиции, которую только способно принять человеческое существо.

Понятно, что мы не критикуем конкретно радиодикторов. Эта реплика просто характеризует повсеместный подход в нашем обществе: множество людей судит о ценности своих действий, основываясь не на действиях как таковых, а на том, как они будут восприняты. Как если бы некто должен был бы откладывать свое суждение до того, пока не посмотрит на свою аудиторию. Человек в пассиве, то есть тот, для кого или в отношении кого было произведено действие, обладает властью сделать данное действие эффективным или неэффективным, а совсем не тот человек, кто это действие производит. Так мы получаемся *исполнителями*, а не личностями, живущими своей собственной жизнью и действующими самостоятельно.

Используя иллюстрацию из сексуальной сферы, представим, что мужчина, осуществляя половой акт, умоляет женщину: «Пожалуйста, испытай удовольствие», — такая тенденция существует на самом деле, хотя в большинстве случаев и на бессознательном уровне, среди мужчин в нашем обществе в гораздо большем объеме, чем это признают. И чтобы проиллюстрировать, как данная тенденция аукается в личных отношениях, можно добавить, что когда мужчина преимущественно заинтересован в удовлетворении женщины, то его раскрепощенность и активная сила не попадают в фокус его внимания, и во многих случаях это как раз и является причиной, почему женщины не получают полного удовлетворения. Неважно, насколько технически подкован жиголо, женщина вряд ли предпочтет его настоящей страсти! Сущность жиголо, позиция придворного шута — когда сила и ценность соотносятся не с действием, а с пассивностью.

Другой пример того, как разрушительна бывает утеря веры в собственное «я» в наши дни, можно наблюдать в ситуациях, подразумевающих юмор и смех. Большинство людей не осознает, насколько тесно взаимосвязаны чувство юмора и самость. В норме у юмора должна быть функция сохранения чувства собственного «я». Это выражение нашей уникальной человеческой способности чувствовать себя субъектами, которых не засасывает объективная ситуация. Это здоровый способ держать «дистанцию» между собой и проблемой, способ отступить в сторону и посмотреть на ситуацию в перспективе. Человек не может смеяться в панике, поскольку в такой момент он поглощен ситуацией, а различие между ним как субъектом и объективным миром вокруг него стерто. Насколько долго человек может смеяться, настолько долго он не в полной мере находится под давлением страха или тревожности. Отсюда и бытующее в народе убеждение, что способность смеяться в минуты опасности — это признак мужества.

В случаях с психически больными людьми в пограничных состояниях: пока у человека присутствует подлинный юмор, то есть пока он способен смеяться или смотреть на себя с мыслью, как некто выразился: «Каким же сумасшедшим я был!» — он сохраняет свою индивидуальную личность. Когда любой из нас, нервнобольной или нет, проникает в суть своих психологических проблем, то его нормальной спонтанной реакцией является смех — озарение типа «ага!». Юмор появляется в результате нового подтверждения чьей-либо самости как субъекта, действующего в объективном мире. Теперь, зная функцию, которую юмор в норме выполняет для человека, давайте зададимся вопросом: каково преобладающее отношение к юмору и смеху в нашем обществе? Наиболее удивительным будет тот факт, что из смеха сделали товар. Мы измеряем смех, звукозаписывающая машина подсчитывает, что в том или ином фильме или радиопередаче было «такое-то количество смеха», как будто смех — это исчисляемое явление, как дюжина апельсинов или корзина яблок.

Несомненно, существуют и исключения. В работах Э. Б. Уайта[1], редкий случай, показано, как юмор может углубить чувство значимости и до-

[1] Уайт Элвин Брукс (1899–1985) — американский писатель, эссеист. (*Примеч. ред.*)

стоинства читателя и снять шоры с глаз, когда человек противостоит возникающим проблемам. Но в целом в наши дни юмор и смех означают «смешки» в численном выражении, произведенные с помощью кнопочных технологий и адресной доставки. Как фактически и происходит, скажем, с авторами острот и шуток на радио. На самом деле термин «гэг» здесь отлично подходит: «смешки» выступают в качестве «веселящего газа» в яркой фразе Торстейна Веблена[1], чтобы обеспечить притупление чувствительности и восприятия ровно так же, как это делает газ в действительности. Таким образом, смех — это больше побег от тревожности и пустоты в духе страуса, нежели способ обретения новой и более смелой перспективы на жизненном перепутье. Подобный смех, часто звучащий как пронзительный хохот, может иметь функцию простого освобождения от напряжения наравне с алкоголем и сексом. Но опять-таки, как и секс и алкоголь, при использовании в развлекательных целях такой вид смеха оставляет нас такими же одинокими и потерянными, какими мы были и до того. Существует, конечно, и смех карательного характера. Это триумфальный смех, красноречивым признаком которого является отсутствие и намека на улыбку. Так человек может смеяться в ярости, в гневе. Довольно часто мне кажется, что такого типа гримасу видели на лице Гитлера на тех фотографиях, где он должен был «улыбаться». Мстительный смех сопровождает видение себя триумфатором над остальными, а совсем не является показателем нового достижения в развитии собственного «я». Мстительный смех, наряду с количественным смехом разновидности «веселящего газа», отражает юмор людей, которые довольно сильно растеряли чувство достоинства и ценности отдельного человека.

Для некоторых читателей утеря значимости собственной личности на самом деле окажется одним из основных препятствий при слежении за ходом мысли в данной книге. Многие люди, как образованные, так и необразованные, не понимают, насколько важен сейчас вопрос нового обретения чувства собственного «я». Они все еще предполагают, что «быть собой» означает то же, что «самовыражение» означало в 1920-х.

---

[1] Веблен Торстейн Бунд (1857–1929) — американский экономист, социолог, футуролог. Сын норвежских переселенцев. Самый известный труд — «Теория праздных классов». (*Примеч. ред.*)

И тогда они могут задать вопрос (базируясь на своих предположениях): «Не окажется ли чье-то “я” одновременно неэтичным и скучным?» и «Должен ли человек выражать себя, играя Шопена?». Такие вопросы являются признаком того, насколько далеки мы от понимания задачи «быть собой». Поэтому в наши дни многим людям почти невозможно осознать, что в своем наставлении «познай самого себя» Сократ убеждал, что быть отдельной личностью — самое сложное испытание среди всех. А также им почти невозможно постичь, что имел в виду Кьеркегор, когда заявил: «Рисковать в самом высоком понимании — это именно прочувствовать себя...»

Утрата языка личных коммуникаций

Вместе с утратой чувства собственного «я» был утерян и наш язык для передачи друг другу глубоко личных смыслов. Это один из важных аспектов нынешнего одиночества людей в западном мире. Возьмем для примера слово «любовь» — слово, которое, очевидно, должно быть самым важным для передачи личных чувств. Когда вы используете его, человек, которому вы его говорите, может подумать, что вы имеете в виду голливудскую любовь или сентиментальную эмоцию из популярных песен: «Я люблю свою крошку, моя крошка любит меня», или религиозное милосердие, или дружелюбие, или сексуальное влечение, или что-то подобное. То же справедливо и в отношении почти любого другого важного слова из нетехнических сфер — «правда», «целостность», «мужество», «дух», «свобода» и даже само слово «я». У большинства людей имеются собственные коннотации этих слов, которые могут значительно отличаться от значений этих же слов у соседей, и вот потому некоторые люди даже стараются избегать употребления подобных слов.

У нас есть прекрасный лексикон для технических терминов, как отметил Эрих Фромм; практически любой человек может четко и ясно назвать части двигателя автомобиля. Но когда дело касается значимых межличностных отношений, язык общения утрачен: мы смущаемся и оказываемся практически так же изолированы от мира, как глухонемые, общающиеся с окружающими только посредством языка жестов. У Элиота в его «Полых людях» это звучит так:

Наши шелестящие голоса,
Когда мы шепчем вместе,
Тихи и бессмысленны,
Как ветер в сухой траве
Или шорох мышей по разбитому стеклу
В сухом подвале[1].

Возможно и странно на это указывать, но утрата эффективности языка является симптомом краха исторического периода. Когда исследуешь взлеты и падения исторических эпох, можно заметить, насколько в определенные времена был мощный и богатый язык: например, греческий язык V века до н. э., когда писали свои сочинения Эсхил и Софокл, или английский Шекспира в елизаветинскую эпоху и перевод Библии времен короля Якова I. В другие периоды язык слабый, аморфный, невдохновляющий — как, например, в эллинистический период, когда греческая культура была разрознена и находилась в упадке. Я уверен, что этот феномен может стать предметом исследования, которое, понятно, невозможно поместить здесь, — что в случаях, когда культура находится в исторической фазе развития и консолидации, ее язык отражает всю силу и единство; когда же культура находится в процессе изменения, распыления, разрушения, то и язык следом теряет свою силу.

«Когда мне было восемнадцать, Германии было восемнадцать», — сказал Гёте, имея в виду не только то, что идеалы его нации были устремлены к объединению и усилению, но и то, что язык — инструмент его поэтической мощи — также находился на этой стадии. В наши дни изучение семантики имеет исключительную ценность для адекватной передачи смысла. Но по-прежнему не дает покоя вопрос: почему мы должны так много говорить о значении слов, когда мы выучили язык друг друга, но у нас не осталось времени и сил для коммуникации.

Существуют и другие формы коммуникации помимо слов — искусство и музыка, например. Изобразительное искусство и музыка — это голоса тонко чувствующих провозвестников, передающих свои глубоко лич-

[1] «Полые люди». Собр. соч. Нью-Йорк, Harcourt, Brace and Co., 1934. С. 101. (*Примеч. авт.*)

ные смыслы другим членам этого общества, а также другим обществам и даже в другие исторические эпохи. Но вновь в современном искусстве и музыке мы находим язык, посредством которого не общаются. Если большинство людей, даже образованных, взглянут на современное искусство в отсутствие ключевого знания, доступного лишь немногим, то они практически ничего не поймут. Перед ними на выбор все стили — импрессионизм, экспрессионизм, кубизм, реалистическое и беспредметное изобразительное искусство. Мондриан выражает свое послание в квадратах и треугольниках, а Джексон Поллок — в «доведенных до абсурда» брызгах краски, хаотично разбросанных на больших полотнах, где единственной подписью является дата окончания работы. Я, конечно, не критикую этих художников, работы которых, бывало, доставляли мне удовольствие. Но не подразумевает ли это нечто очень важное о нашем обществе, когда талантливые художники могут коммуницировать только посредством такого нераспространенного языка?

Если вы посетите Лигу студентов-художников Нью-Йорка — где, возможно, собралась самая большая группа выдающихся деятелей американского искусства в лице учителей и самая колоритная группа студентов, — то удивитесь, что, переходя из студии в студию, где студенты пишут практически в любом стиле, вам нужно будет перенастраивать чувственное восприятие буквально каждые двадцать шагов. В эпоху Ренессанса обычный человек мог смотреть на работы Рафаэля, Леонардо да Винчи или Микеланджело и чувствовать, что картина передает ему сокровенный смысл бытия и его собственной жизни в частности. Но если бы неискушенный человек прогулялся сегодня по галереям на 57-й улице Нью-Йорка и увидел, например, выставку работ Пикассо, Дали и Марина, то он бы согласился, что в этих работах транслировалось нечто важное, но был бы абсолютно уверен, что только Бог и сам художник знают, что именно. Он даже, вполне возможно, был бы смущен и где-то раздражен.

Ницше говорил, что личность узнают по ее «стилю», иначе говоря, по уникальному «паттерну», придающему любой деятельности этой личности подспудные единство и отличимость. То же самое частично применимо и к культуре. Но когда мы задаемся вопросом, каков «стиль» современности, то обнаруживаем, что нет ни одного стиля, ко-

торый мы можем назвать современным. Единственное, что объединяет все эти многочисленные движения в искусстве, начиная с великих работ Сезанна и Ван Гога, — это их отчаянное стремление прорваться сквозь лицемерие и сентиментальность искусства XIX века. Сознательно или нет, в своих работах они искали некий способ выразить себя, основываясь на прочном реализме и самостоятельном опыте изучения мира. Но за этим отчаянным поиском честности, который больше относится к Фрейду и Ибсену в их сферах интересов, есть только сборная солянка из стилей. Всячески подчеркивая тот факт, что время еще не расставило все по местам в современности, как оно уже сделало, скажем, для Ренессанса, все же осмелимся утверждать, что эта сборная солянка — показатель разобщенности нашего времени. Диссонирующие, пустые картины, как и многое в современном искусстве, таким образом, являются честными портретами состояния умов эпохи. Как будто бы каждый истинный художник неистово пробовал разные языки, чтобы увидеть, какой из них донесет музыку формы и цвета для его окружения, но единого языка не существует. Мы видим такого гиганта, как Пикассо, сменяющего на протяжении жизни один стиль за другим, частично как отражение меняющегося характера последних четырех десятилетий в западном обществе, а частично — как человек, настраивающий рацию посреди океана в тщетной попытке найти волну, на которой он сможет общаться с другими людьми. Но художники — и все мы остальные тоже — остаются в духовной изоляции и смятении, потому мы и маскируем свое одиночество, обсуждая с людьми вещи, для которых, для которых у нас есть язык: сериалах, деловых сделках, последних новостях. Мы запихиваем наш сокровенный эмоциональный опыт все глубже, становясь таким образом все более одинокими и опустошенными.

«Природе мы и чужды, и немилы...»

Люди, потерявшие чувство самоидентификации, также склонны к утрате ощущения связи с природой. Они теряют не только опыт органической связи с неживой природой, например деревьями и горами, но также теряют некоторую способность к эмпатии в отношении живой природы, то есть к животным. В психотерапии люди, ощущающие

пустоту, часто сознают, каким может быть живой отклик на красоту природы, чтобы понимать, чего они лишаются. Они могут с грустью отмечать, что в то время как других трогает великолепие заката, они относятся к нему достаточно прохладно; и хотя другие находят океан магическим и прекрасным, эти люди не чувствуют практически ничего, стоя на камнях на побережье.

Наша связь с природой разрушается не только из-за опустошенности, но и из-за тревожности. Девочка, вернувшаяся из школы после лекции о защите при взрыве атомной бомбы, спросила: «Мама, мы можем переехать куда-либо, где нет неба?» К счастью, ужасающий, но и изобличающий вопрос этого ребенка — больше аллегория, чем иллюстрация, однако он достаточно хорошо демонстрирует, как тревожность заставляет нас отрываться от природы. Современный человек, напуганный бомбами, которые он сам же и создал, обязан скрыться от неба и спрятаться в пещерах — должен оградить себя от небес, традиционно считающихся символом необъятности, воображения, освобождения.

Если говорить на более рутинном уровне, наша точка зрения заключается в том, что если человек ощущает себя пустым внутри, как это и происходит с огромным количеством современных людей, то и природу вокруг себя он воспринимает такой же пустой, высушенной, мертвой. Два восприятия пустоты — две стороны одного и того же ущербного отношения к жизни.

Мы глубже поймем, что именно означает для человека потеря контакта с природой, если оглянемся назад и проследим, как отношения с природой процветали в Новое время, а затем угасли. Одной из главных характеристик Ренессанса в Европе был бурный рост интереса к природе во всех ее проявлениях: к животным, деревьям или даже к неживой форме звезд и краскам неба. Это прекрасное новое чувство можно видеть в работах Джотто в эпоху Проторенессанса. Если после созерцания стилизованных и грубых средневековых изображений природы вы внезапно взглянете на фрески Джотто, то будете удивлены обилием милых овечек, игривых собачек, обаятельных осликов как неотъемлемой части человеческой жизни. И вы также будете удивлены, узнав, что, в отличие от других художников Средних веков, Джотто изображал

горы и деревья в их природной форме, примечательные именно своей натуральной красотой, а не каким-либо символическим религиозным смыслом, и что, также на контрасте со средневековым искусством, он изображал людей, переживающих веселье, горе, негу как *личные* эмоции. Его работы ярче чем слова подтверждают, что если человек ощущает себя индивидуальной личностью, остро *чувствующей* связь с жизнью, то он также ощущает тесную связь с животными и природой.

Новое понимание природы проявилось и в интересе Возрождения к человеческому телу. Подтверждение этому можно увидеть в чувственности историй Боккаччо, в мощных и гармоничных телах на картинах Микеланджело, в отношении к физическому как части многогранного, органического восприятия жизни в драмах Шекспира. Помимо прочего, это проявилось и в новом интересе науки к изучению природы. Таким образом, одним из проявлений силы титанов эпохи Возрождения — этих «людей мира» — была их способность глубоко чувствовать природу.

Но к XIX веку интерес к природе стал исключительно техническим. Больше всего человек думал о том, чтобы *обуздать* природу и *управлять* ею. Как образно выразился Пауль Тиллих, мир потерял свои волшебные чары. Следует признать, что этот процесс разочарования начался намного раньше — в XVII веке, когда Декарт учил, что тело и разум следует разделить, что объективный мир физической природы и тела (который можно измерить и взвесить) радикально отличается от субъективного мира человеческого сознания и «внутреннего» опыта. Практическим результатом такого деления стало то, что субъективный, «внутренний» опыт — «психическая» сторона дихотомии — оказался, главным образом, на полке, в то время как современный человек с огромным успехом устремился за механическими, измеряемыми аспектами опыта. И так к XIX веку природа в большинстве случаев стала обезличенной, если говорить о науке, или объектом, поддающимся счету в целях зарабатывания денег, когда, например, географы стали создавать карты морей для коммерческих целей.

Очевидно, что когда мы указываем, что излишняя концентрация на вещах, которые можно было подсчитать или переработать, шла рука об

руку с ростом индустриализма и буржуазной торговли, мы не критикуем машины и технический прогресс как таковые. Мы просто стараемся указать на исторический факт, что в этом развитии природа отделилась от субъективной, эмоциональной жизни отдельного человека.

В начале XIX века Уильям Вордсворт[1], как и другие, четко видел эту утрату связи с природой, и он также замечал чрезмерный акцент на коммерциализации, которая стала отчасти ее причиной, и пустоту, которая станет ее итогом. Он описал происходящее в своем известном сонете:

Чрезмерен мир для нас: приход-расход
Впустую наши расточает силы.
Природе мы и чужды, и немилы:
Сердец опустошили мы оплот.
Грудь океана лунный свет зальет;
Взовьются ветры с ревом, легкокрылы
(Сейчас бутоны никнут их, унылы) –
Что толку? В нас — сплошной разлад, разброд.
Ничем нас не пронять. О Боже, мне
Языческой религии забытой
С младенчества служить бы! По весне
Простор зеленый был бы мне защитой;
Мне б чудился Протей в морской волне
И дул при мне Тритон в свой рог извитый[2].

Такие мифологические существа, как Протей и Тритон, вряд ли возникли в творчестве Вордсворта только как плод поэтического воображения. Эти фигуры олицетворяют собой силы природы. Протей — бог, постоянно меняющий форму, — является символом моря, беспрестанно изменяющего свои движения и цвет. Тритон — бог, чей рог сделан из морской раковины, и его музыка — это гул, который слышен в больших раковинах, если приложить их к уху. Протей и Тритон — непосредствен-

---

[1] Вордсворт Уильям (1770–1850) — английский поэт-романтик, один из авторов сборника «Лирические баллады» так называемой «озерной школы». Призывал к простой жизни в единении с природой. (*Примеч. ред.*)

[2] Перевод Сергея Сухарева. https://www.stihi.ru/2006/05/19-2584; https://www.stihi.ru/avtor/drontofile (*Примеч. пер.*)

ные примеры того, что мы потеряли, а именно способность ощущать себя и свои настроения в природе, относиться к природе как к обширной грани нашего собственного опыта.

Дихотомия Декарта дала современному человеку философскую базу для того, чтобы избавиться от веры в ведьм, что в значительной степени повлияло на фактическое преодоление чародейства в XVIII веке. Любой мог бы согласиться, что это — важное достижение. Но вместе с этим мы избавились от веры в фей, эльфов, троллей и других волшебных существ, населяющих леса и землю. В общем, это тоже считалось достижением, поскольку помогло очистить человеческое сознание от «предрассудков» и «магии». Но я уверен, что это была ошибка. Фактически, избавившись от фей, эльфов и их соплеменников, мы на самом деле обеднили свои жизни, а обеднение — не лучший способ очистить человеческое сознание от предрассудков. Есть рациональное зерно в старой притче о человеке, который прогнал из своего жилища злого духа. Но дух, прознав, что дом свободен и чист, вернулся снова, да еще привел с собой других семерых злых духов. Таким образом, положение этого человека стало хуже, чем было изначально. Ведь именно пустые и «свободные» люди охочи до новых и еще более деструктивных суеверий нашего времени: веры в тоталитарную мифологию, энграммы, конец света. Наш мир стал свободным от иллюзий. А это означает утрату нашей связи не только с природой, но и с самими собой.

Как человеческие существа, мы глубоко связаны с природой, но не только потому, что фактически состоим из тех же химических элементов, что и воздух, земля, трава. Мы соотносимся с нею в миллионе других аспектов, проявляющихся в жизни: ритмичная смена времен года или дня и ночи, например, отражается в наших телах голодом и насыщением, сном и бодрствованием, сексуальным влечением и удовлетворением и еще многими способами. Протей может быть воплощением изменчивости моря, поскольку он символизирует то, что у нас с морем общего, — изменение настроения, многоликость, своенравие и приспособляемость. В этом отношении, когда мы устанавливаем связь с природой, то всего лишь возвращаем свои корни в их родную почву.

Но, с другой стороны, человек весьма отличается от остальной природы. У него есть осознание себя. Его чувство личностной идентичности отличает его от остального живого и неживого мира. Но к личностной идентичности человека природа относится с полным безразличием. И этот важный аспект в наших отношениях с природой ставит во главу угла основную тему данной книги — человеку необходимо осознавать себя. Каждый должен быть способен заявить о своем «я», несмотря на обезличенность природы, и заполнить ее безмолвие своей внутренней «живостью».

Чтобы полностью соотносить себя с природой и не быть поглощенным ею, нужно иметь сильное «я», то есть стойкое ощущение личностной идентичности. Ибо в безмолвии и неорганических проявлениях природы действительно таится немалая угроза. Если стоишь, например, на уступе утеса и смотришь на волны, бьющиеся о берег, и в полной мере осознаёшь, что у моря никогда «нет слез для ран других и не заботит его, что думают другие», что жизнь твоя может исчезнуть незаметно для грандиозного, непрекращающегося химического процесса сотворения мира, то чувствуешь угрозу. Если предаться созерцанию далеких горных вершин, проникнуться их величием и бездной и в то же время четко понимать, что гора «никогда не была другом и не обещала того, что дать не могла», что при падении с такой горы у ее каменного подножия от человека останутся лишь мелкие кусочки, а его исчезновение как личности не оставит на этих гранитных отрогах ни малейшей царапины, то становится страшно. Это и есть широко известный страх «ничтожности», «небытия», который мы испытываем при полном отказе от связи с неорганическими проявлениями природы. А напоминание себе, что «всё есть прах и во прах возвращается», дает слабое утешение.

Подобный опыт общения с природой приводит большинство людей в трепет. Они бегут от этого страха, ограничивая свое воображение, обращая свои мысли к практичным и рутинным мелочам, например к выбору меню на обед. Или защищаются от всепоглощающего страха небытия «превращением» моря в человека, который не причинит вреда, или укрываются в некоем подобии веры в личное Провидение, повторяя себе: «Ангелам своим заповедает о Тебе... да не преткнешься

о камень ногою Твоею». Но в конце концов подобное бегство от тревоги и попытки рационализировать пути выхода из нее только делают человека еще слабее.

Как уже упоминалось, чтобы соотносить себя с природой через искусство, требуется развитое чувство собственного достоинства и завидное мужество. Но, в свою очередь, утверждение собственной идентичности над неорганической составляющей природы приводит к росту силы личного «я». Но здесь мы зашли слишком далеко в рассуждениях — то, как развивается эта сила, мы будем рассматривать в следующих главах. На данном этапе лишь подчеркнем, что утрата связи с природой идет рука об руку с утратой чувства собственного достоинства. «Природе мы и чужды, и немилы» как описание многих современных людей — это признак ослабленной и истощенной личности.

Утрата ощущения трагедии

И наконец, следствием и доказательством потери нами уверенности в ценности и достоинстве человека становится утрата ощущения трагической значимости человеческой жизни. Поскольку именно ощущение трагедии — это обратная сторона веры в важность человеческой личности. Трагедия подразумевает глубочайшее уважение к человеческому существу и почитание его прав и судьбы. В противном случае не имеет совершенно никакого значения, проиграют или выстоят в своей борьбе Орест, или Лир, или вы, или я.

В предисловии к пьесе «Смерть коммивояжера» Артур Миллер оставляет несколько глубоких комментариев по поводу отсутствия трагедии в наши дни. Он пишет: «Трагический персонаж — это тот, кто готов положить свою жизнь, если потребуется, чтобы защитить одну вещь — чувство собственного достоинства». И еще: «Право на трагизм — это условие в жизни; условие, при котором личность человека имеет возможность расцвести и реализовать себя». Такие условия существовали в те периоды западной истории, когда были написаны самые великие трагедии. Стоит только взглянуть на Грецию V века, когда Эсхил и Софокл создали мощные трагедии об Эдипе, Агамемноне и Оресте, или

Англию Елизаветинской эпохи, когда Шекспир подарил нам Лира, Гамлета и Макбет.

Но в наш век пустоты трагедии стали сравнительно редкими. А если их и пишут, то трагическим аспектом в них является самый факт, что человеческая жизнь абсолютно пустая, как в драме О'Нила[1] «Продавец льда грядет». Действие этой пьесы происходит в салуне, а действующие лица в ней — алкоголики, проститутки и, в качестве главного персонажа, человек, который по ходу пьесы теряет рассудок, — едва ли могут вспомнить периоды в жизни, когда они действительно верили во что-нибудь. Именно эхо человеческого достоинства в бесконечной пустоте придает этой драме силу добиться эмоций ужаса и жалости, присущих классической трагедии.

«Смерть коммивояжера» Артура Миллера, которая уже упоминалась ранее, сама по себе является одной из немногих настоящих трагедий об обычных людях — не алкоголиках или психопатах, — создающих ту социальную ситуацию в стране, из которой многие из нас и появились впоследствии. (В киноверсии этой драмы Вилли Ломан, коммивояжер, к сожалению, показан убогим. Те, кто знаком только с фильмом, должны представить Вилли в более широком контексте, чтобы оценить его подлинный трагический пафос.) Он был человеком, который всерьез воспринимал идеи общества о том, что преуспевают те, кто много и тяжело работает, что экономический прогресс — это реальность и что если у кого-то есть «правильные» связи, это приведет к успеху и спасению. Нам, зная финал, достаточно просто развенчивать иллюзии Вилли и подшучивать над его невысказанными карьеристскими ценностями. Но суть не в том. Единственная вещь, которая имеет значение, заключается в том, что Вилли *верил*. Он всерьез воспринимал свое собственное существование и мог резонно ожидать от жизни того, чему его учили. «Я не утверждаю, что он великий человек, — говорит его жена о размолвке Вилли с сыновья-

---

[1] О'Нил Юджин Гладстон (1888–1953) — американский драматург. Четырежды лауреат Пулитцеровской премии, лауреат Нобелевской премии по литературе 1936 г. Автор пьес «Долгий день уходит в ночь», «Луна для пасынков судьбы» и др. (*Примеч. ред.*)

ми, — но он человек, и сейчас с ним происходит нечто страшное. И это нельзя оставить без внимания». Трагический факт здесь заключается не в том, что Вилли — человек, сравнимый по величию с Лиром или обладающий внутренним богатством, как у Гамлета; «он лишь небольшое суденышко в поисках причала», — как и говорит его жена. Но это трагедия исторического периода: если помножить такого Вилли на сотни и тысячи отцов и братьев, которые так же верили в то, чему их учили, но в эпоху перемен обнаружили, что все это не работает, то этого окажется достаточно, чтобы трястись от страха и жалости, как это бывало в старых трагедиях. «Он никогда не знал, кем он был», — а он был тем, кто всерьез воспринимал свое право знать.

Миллер пишет, что «ущербность или надлом в трагическом персонаже — это на самом деле ничто, и так и должно быть, — но важно его врожденное нежелание оставаться пассивным перед лицом того, что он считает вызовом своему достоинству, своему видению собственного правового статуса. Только пассивные, только те, кто принимает свою судьбу без активного сопротивления, и являются “неущербными”. Большинство из нас в этой категории». Продолжая, Миллер указывает, что воздействие трагедии, которая потрясает нас, «рождается из подспудного страха быть вытесненным, катастрофы, происходящей из-за нашего отрыва от выбранного нами представления, кто и что мы в этом мире. В настоящее время этот наш страх очень сильный, и, возможно, даже сильнее, чем когда-либо»[1].

Но давайте не будем думать, что мы здесь выступаем в защиту пессимистического мировосприятия, когда жалуемся на утрату ощущения трагедии. Наоборот, Миллер отмечает: «Трагедия подразумевает больше оптимизма в своем авторе, чем комедия, и... в конечном счете должна бы подкреплять самые радужные представления стороннего наблюдателя о человеческом существе». Поскольку трагическое восприятие означает, что мы всерьез воспринимаем свободу человека и его потребность в самореализации. Оно демонстрирует нашу веру в «нерушимую волю человека к достижению своей человечности».

---

[1] Цит. соч. Предисловие. (*Примеч. авт.*)

Знание человеческой природы и результаты анализа человеческих бессознательных конфликтов, раскрытых в психотерапии, дают новую почву для веры в трагические аспекты человеческой жизни. Психотерапевт, наделенный привилегией быть личным свидетелем внутренней борьбы некоторых людей и, зачастую, их тяжелых и горьких сражений с самими собой и с внешними силами, покушающимися на их достоинство, проникается новым уважением к этим личностям и получает новое понимание потенциальной гордости человеческого существа. Более того, в своей работе бесчисленное количество раз в неделю он получает подтверждение того, что когда люди наконец принимают тот факт, что удачно врать сами себе они не могут, и воспринимают себя всерьез, они раскрывают в себе доселе неизвестные и зачастую удивительные живительные силы.

Получившаяся в этой главе картина причин болезни нашего времени дает в сумме гнетущий диагноз. Из положительного тут только то, что у нас нет другого выхода, кроме как двигаться вперед. Мы как те люди, находящиеся на середине пути в психоанализе, чьи защиты и иллюзии уже разбиты, и единственный их выбор — это продвигаться дальше в поисках чего-то лучшего.

Мы — здесь я имею в виду всех и каждого вне зависимости от возраста, кто в курсе исторической ситуации, в которой мы живем, — не «потерянное» поколение 1920-х годов. Термин «потерянное» в отношении тех, кто жил в тот период подросткового бунта после Первой мировой войны, означал, что человек был временно вдали от дома и мог туда вернуться в любое время, когда ему становилось слишком страшно от самостоятельного существования. Но мы — поколение, которое вернуться не может. В середине XX века мы — как пилоты в трансатлантическом рейсе, которые уже пересекли точку невозврата, у кого нет топлива в достаточном количестве, чтобы повернуть назад, поэтому должны двигаться вперед вне зависимости от штормов и других опасностей.

Какая в этом случае перед нами стоит задача? Все выводы четко изложены в приведенном выше анализе: мы обязаны заново открыть в себе источники сил и целостности. Естественно, это неразрывно связано с открытием и принятием как в самих себе, так и в обществе ценно-

стей, которые будут служить ядром такого объединения. Но никакие ценности не будут действительными ни в отдельной личности, ни в обществе в целом, если у человека отсутствует первичная способность оценивать значимость, то есть выбирать и присваивать ценности, согласно которым он будет жить. Это индивидуальная обязательная работа, и таким образом он будет помогать выстраивать фундамент для нового конструктивного общества, которое в итоге получится из нашего неспокойного времени, как когда-то Ренессанс вырос из разобщенности Средневековья.

Однажды Уильям Джеймс[1] заметил, что тем, кто хочет сделать мир вокруг себя здоровее, лучше всего начать с себя. Можно пойти дальше и отметить, что открытие центра силы внутри себя — это в конечном счете лучшее, что мы можем дать другим людям. Говорят, что когда норвежский рыбак попадает в водоворот Мальстрём, то он сам тянется вперед к водовороту и старается кинуть в него весло. Если у него это получится, то Мальстрём стихнет, а рыбак со своей лодкой смогут выйти из него целыми и невредимыми. Ровно так же один человек с врожденной внутренней силой оказывает большой успокаивающий эффект на паникующих людей вокруг себя. Это то, что нужно нашему обществу. Не новые идеи и изобретения, которые важны сами по себе, не гении и супермены, а люди, которые могут *быть*, то есть люди, у которых есть внутри центр силы. И наша задача в этих главах будет состоять в том, чтобы пытаться найти источники этой внутренней силы.

---

[1] Джеймс Уильям (1842–1910) — американский психолог, философ, крупнейший представитель течений прагматизма и функционализма. Выдвинул задачу изучения конкретных состояний сознания. Важную роль отводил инстинктам и эмоциям. (*Примеч. ред.*)

ЧАСТЬ 2

Открывая себя заново

ГЛАВА 3

Опыт становления личностью

Для того чтобы осуществить эту «затею, связанную с осознанием себя», и отыскать источники внутренней силы и безопасности, которые и являются наградой в этой затее, давайте начнем с того, что зададим себе вопросы: что есть личность, что представляет собой это ощущение самости, которое мы ищем?

Несколько лет назад к психологу, у которого был маленький сын, попал детеныш шимпанзе, возраст которого был такой же, как и у сына психолога. В целях эксперимента, какие по обыкновению проводят такие люди, он растил маленького шимпанзе и своего ребенка вместе. Первые несколько месяцев они развивались почти с одинаковой скоростью, вместе играя и демонстрируя весьма небольшую разницу в поведении. Но спустя год или около того в развитии маленького человека случилось большое изменение, и с тех пор между ним и шимпанзе пролегла огромная разница.

Это как раз то, чего мы и ожидали. Ибо действительно существует маленькая разница между человеческим существом и любым другим детенышем млекопитающего со времени образования зародыша в матке матери, появления его сердцебиения, вплоть до появления детеныша на свет, его самостоятельного дыхания и первых нескольких месяцев жизни под защитой мамы. Но в возрасте около 1–2 лет в человеческом детеныше проявляется наиболее радикальное и важное явление в эволюции, а именно появляется осознание себя. Он начинает осознавать себя как «я». В качестве зародыша в матке, новорожденного он был частью «изначального мы» с мамой, что продолжается уже как психологическое «мы» в первые годы жизни. Но теперь маленький ребенок — впервые — узнает о свободе. Он ощущает свою свободу, как говорит

Грегори Бейтсон[1], в рамках контекста отношений с родителями. Он ощущает себя как личность, отдельную от них и могущую противиться им, если понадобится. Это замечательное явление и есть перерождение человека-животного в личность.

Самоосознание как уникальная особенность человека

Осознание себя, способность видеть себя как бы извне — это характеристика, отличающая человека. У одного моего друга есть собака, которая сидит у двери все утро и, когда кто-то приходит, она скачет и лает, желая поиграть. Мой друг придерживается мнения, что своим лаем собака как бы говорит: «Вот собака, которая ждала все утро, когда кто-нибудь придет и поиграет с ней. Может быть, это ты?» Такой забавный настрой. Тем из нас, кто любит собак, нравится экстраполировать подобные мысли в их головы. Но фактически собака этого сказать не может. Собака может показать, что хочет играть, и будет заманивать вас, чтобы вы побросали для нее мячик. Но она не может воспринимать себя со стороны как собаку, выполняющую все эти действия. Она не осчастливлена самосознанием.

В силу этого у собаки нет нервной тревожности и чувства вины, которые можно назвать сомнительными человеческими благами. Некоторые люди сказали бы, что собака не *проклята* самосознанием. Вторя этой мысли, Уолт Уитмен[2] завидует животным:

> Я думаю, мог бы жить с животными...
> Они не тревожатся, не жалуются на свой удел...
> Они не проводят ночи без сна, оплакивая свои грехи...

---

[1] Бейтсон Грегори (1904–1980) — британский и американский ученый, работавший на стыке дисциплин — кибернетики, антропологии, гносеологии, экологии и др. Разработал теорию «двойного послания», был наставником основоположников НЛП. Наиболее известный труд — «Шаги к экологии разума». (*Примеч. ред.*)

[2] Уитмен Уолт (1819–1892) — американский поэт, реформатор поэзии, воспевавший природу и братство людей. Наиболее известная книга — «Листья травы». (*Примеч. ред.*)

Но в действительности самосознание человека является источником его высочайших качеств. Оно лежит в основе способности различать собственное «я» и мир вокруг. Оно дает ему умение следовать за временем, то есть фактически выходить из настоящего и представлять себя в прошлом или, наоборот, — в будущем. Таким образом, человеческие существа имеют возможность учиться у прошлого и планировать будущее. И таким образом человек — историческое млекопитающее в том смысле, что может возвыситься и обозреть свою историю. И поэтому человек может влиять на развитие себя как отдельной личности и, в некоторой степени, на ход истории своей нации и общества в целом. Самоосознание также лежит в основе человеческой способности использовать знаковые системы, что является способом отделения символа от явления, как например, когда для двух слогов, из которых состоит слово «ложка», договариваются, что именно эти два слога будут означать целый класс предметов. Благодаря этому человек может мыслить абстрактными понятиями «красота», «разум», «добродетель».

Эта способность к самоосознанию дает нам возможность увидеть себя со стороны и проявлять эмпатию к другим. Она является основой нашей удивительной способности перенести себя в чью-либо гостиную, где в реальности мы будем только на следующей неделе, а затем представить и обдумать, как мы будем реагировать там в определенных ситуациях. И это дает нам возможность представить себя на месте кого-либо и спросить себя, как бы мы себя ощущали и что бы делали, если бы были этим кем-либо. Не имеет значения, насколько искаженно мы используем, или вообще не используем, или даже оскорбляем использование этих возможностей, они — это основа нашей способности начать любить своего ближнего, быть чувствительными к вопросам этики, видеть правду, создавать красоту, иметь идеалы и умереть за них при необходимости.

Чтобы реализовать эти потенциальные возможности, нужно быть личностью. Именно это имеется в виду в иудейскохристианской религиозной традиции, когда говорится, что человек создан по образу и подобию Божиему.

Но за эти дары назначают высокую цену — цену тревог и внутренних кризисов. Рождение «я» — процесс непростой. Ребенку нелегко столк-

нуться с ужасающими перспективами выхода в самостоятельную жизнь, одному, без полной защиты родителей, принимающих за него решения. Неудивительно, что когда он начинает ощущать себя отдельной личностью, он может чувствовать абсолютную беспомощность в сравнении с великими и сильными окружающими взрослыми. Так, одной девушке в самый разгар ее борьбы за независимость от матери приснился символичный сон: «Я была в маленькой лодке, привязанной к большому кораблю. Мы плыли по океану, и поднялись сильные волны, выше бортов моей лодочки. И я задумалась, а была ли моя лодка все еще привязана к большому кораблю».

Здоровый ребенок, которого родители любили и поддерживали, но не изнежили своим обращением, будет развиваться дальше, невзирая на тревожность и кризисы, с которыми он столкнется. И в этом случае могут не проявляться определенные признаки травмы или особого непослушания. Но когда родители эксплуатируют, сознательно или нет, ребенка для собственного удовольствия или в своих личных целях, ненавидят или отвергают его, так что он не может быть уверен в минимальной поддержке, пробуя свою новую независимость, то такой ребенок вцепится в родителей и будет использовать свою способность к независимости только в формах отрицания и упрямства. И если при первых его робких попытках сказать «нет» родители действуют с позиции сильного, а не с любовью и поддержкой, то впоследствии его «нет» будет звучать не в форме истинной независимости, а как простой мятеж.

Или если, как часто случается в наши дни, сами родители тревожны и растеряны в бушующем океане перемен, не уверены в себе и излишне самокритичны, их тревожность передается ребенку и заставляет его чувствовать, что он живет в мире, где опасно вкладываться в собственное становление.

Этот, несомненно схематичный, набросок нужен нам, взрослым, чтобы получить некую ретроспективную картину, в свете которой мы можем лучше понять, как человек терпит фиаско в достижении самости. Наибольшее количество данных об этих детских конфликтах приходит от взрослых, сражающихся во снах, воспоминаниях или текущих отношениях за преодоление того, что в их прошлом помешало им в полной мере родиться

как личность. Практически каждый взрослый, в той или иной мере, по-прежнему ведет затяжную борьбу за обретение своей личности, беря за основу те паттерны, которые были встроены в него в детстве в семье.

Также мы не можем не принимать во внимание тот факт, что обретение личности всегда происходит в социальном контексте. В отношении происхождения Оден совершенно прав:

> ...поскольку наше эго — лишь мечта,
> пока нужда ближнего, как ее ни назови, не сделает ее явью[1].

Или, как мы уже отмечали выше, личность всегда рождается и развивается в межличностных отношениях. Но никакое «эго» не трансформируется в ответственную личность, если оно остается лишь отражением социального контекста вокруг него. В частности, в нашей жизни, когда свойство уступать является самым сильным разрушителем самости: в нашем обществе, где втискивание в некий «паттерн» все больше и больше признается нормой, а ходить «в любимчиках» — это некий сомнительный пропуск в рай, — нужно отдельно отметить не только признанный факт того, что до определенной степени мы создаем друг друга, но и что у нас есть способность изучать и создавать самих себя.

В то самое время, когда я писал эти строки, один юный интерн на психоаналитическом сеансе рассказал о своем сне, который, в сущности, похож на сон любого другого человека, находящегося в кризисе роста. Изначально этот молодой человек обратился за помощью психоаналитика в бытность студентом-медиком с паническими атаками такой силы и продолжительности, что из-за них он едва не бросил институт. Корни его проблемы уходили в основном в его тесную связь с матерью — женщиной очень нестабильной психически, но сильной и доминантной. Сейчас он уже окончил институт, был успешным интерном и подал резюме на престижное место работы на следующий год. В тот день, после которого ему приснился этот сон, он получил письмо от управляющего клиникой, куда подавал резюме, в котором его приглашали на работу и высоко отзывались о его достижениях как интерна. Но вместо

[1] «Век тревожности». Нью-Йорк, Random House. С. 8. (*Примеч. авт.*)

того чтобы быть польщенным, юноша испытал внезапную паническую атаку. Ниже привожу описание сна со слов этого молодого человека:

Я ехал на велосипеде домой, где жил в детстве. Там были мои папа и мама. Это место казалось прекрасным. Когда я вошел внутрь, я почувствовал себя свободным и сильным, как я сейчас в своем статусе врача, а не как когда я был мальчиком. Но мои папа и мама как будто не узнали меня. Мне было страшно проявить свою независимость, чтобы меня не выгнали. Я почувствовал себя таким одиноким и брошенным, как будто оказался на Северном полюсе, и рядом не было людей, а только снег и лед на тысячи километров вокруг. Я прошелся по дому, и по разным комнатам были наклеены записки «вытирайте ноги» и «мойте руки».

Тревога, которую он испытывает после того, как ему предложили вакансию его мечты, указывает, что нечто в ней или в ответственности, с ней связанной, чрезвычайно его пугает. А данный сон объясняет нам причину. Если он ответственный, независимый человек — в противоположность тому мальчику, привязанному к маминой юбке, — его исключат из семьи и он окажется изолированным и одиноким. Потрясающие детали вроде записок «вытирайте ноги» добавляют впечатление, что дом воспринимается как военный лагерь, а совсем не как родное гнездо.

Истинный вопрос, который встал перед этим молодым человеком, заключался, конечно, в том, почему он вообще увидел сон о возвращении домой, какая внутренняя потребность заставила его вернуться к матери, отцу, дому, прекрасному снаружи, когда он столкнулся лицом к лицу с ответственностью? На этот вопрос мы ответим позже. Здесь же позволим себе лишь подчеркнуть, что становление личности, полноценной индивидуальности и есть подлинное развитие, начинающееся в младенчестве и перетекающее во взрослое состояние, вне зависимости от того, сколько человеку лет; и что кризис, который оно в себя включает, может стать причиной колоссальной тревожности. Неудивительно, что столько людей стараются подавить в себе этот конфликт и всю жизнь бегут от таких переживаний!

Что же означает открытие для себя своей самобытности? Познание собственной идентичности — это базовая убежденность, с которой

мы все начинаемся как психологические существа. Ее никогда нельзя доказать, исходя из логики, поскольку самоосознание и является предпосылкой к началу дискуссии об этом. В знании отдельного человека о своем существовании всегда будет некая доля магии — под магией здесь подразумевается проблема, данные о которой посягают на саму проблему. Ведь подобное осознание является предпосылкой к исследованию своего «я». Другими словами, даже размышления о собственной идентичности означают, что человек, который ими занимается, уже находится в процессе самоосознания.

Некоторые психологи и философы относятся с недоверием к понятию собственного «я». Они его оспаривают, поскольку им не нравится отделение человека от континуума животного мира, и они считают, что концепция собственного «я» мешает научной экспериментальной работе. Но отрицание концепции собственного «я» как «ненаучной» в силу невозможности уложить ее в математические уравнения, грубо говоря, сравнимо с тем, как два или три десятилетия назад теории Фрейда и его концепция бессознательной мотивации считались «ненаучными». Только консервативная и догматичная, а значит, неистинная наука использует определенный научный метод в качестве прокрустова ложа и отрицает все формы человеческого опыта, которые не подходят под его размеры. Нет сомнений в том, что континуум между человеком и животным должен восприниматься четко и реалистично, но при этом не следует перескакивать к необоснованному выводу, что ввиду этого между человеком и животным разницы нет.

Нам не нужно доказывать существование самости как «объекта». Вся необходимость заключается в том, чтобы показать, насколько у людей есть способность к самосоотнесенности. Самость — это организующая функция внутри индивидуума, за счет которой одно человеческое существо может соотнести себя с другим человеческим существом. Она предшествовала нашей науке, а не является ее объектом; это предполагается в факте того, что некто может стать ученым.

Человеческий опыт всегда стоит за нашими определенными методами понимания его в любой момент времени. И лучший способ понять самого себя в качестве личности — это всмотреться в свой опыт. Давайте,

например, представим внутренний опыт некого психолога или философа, пишущего об отрицании концепции самоосознания. Неделями он собирался засесть за написание работы. Вне всяких сомнений, он много раз визуализировал себя сидящим за столом когда-то в будущем, трудящимся в поте лица. И время от времени, условно говоря, и до фактического начала работы и позже, когда он уже сидит за столом, в своих фантазиях он представлял, что скажут его коллеги об этой работе, отметит ли ее профессор такой-то, скажут ли одни коллеги «Гениально!», в то время когда другие будут думать, что она идиотская, и т. д. В каждой мысли он видит себя как личность — настолько же четко, как он мог бы видеть любого своего коллегу, переходящего через дорогу. Каждая его мысль в споре против самоосознания доказывает это самое осознание в нем самом.

Осознание своей идентичности как собственного «я» определенно не стоит относить к интеллектуальной сфере. Французский философ Декарт на пороге Нового времени, три столетия тому назад, согласно легенде, залез в печь, чтобы на протяжении целого дня в одиночестве поразмышлять над основным принципом человеческого существования. Под вечер он вылез из печки и изрек свое знаменитое: «Я мыслю, следовательно, существую». Иными словами, я существую как личность потому, что я — мыслящее существо. Но этого недостаточно. Ни вы, ни я никогда не думаем о себе как об идее. Мы скорее представляем себе себя занятыми чем-то, как наш психолог в примере, пишущий работу. И после этого в своем воображении мы испытываем те чувства, которые будем переживать в будущем, когда действительно займемся тем делом, о котором думаем сейчас. Иными словами, мы познаём себя как мыслящие-чувствующие и действующие общности. Таким образом, «я» — это не просто сумма различных «ролей», которые играет в своей жизни человек; это способность, посредством которой человек *знает,* что он играет эти роли; это центр, из которого человек видит и осознаёт эти так называемые различные «стороны» своей личности.

После таких, возможно, высокопарных изречений давайте вспомним, что, как ни крути, опыт приобретения своей идентичности, или становления личности, — самый легкий в жизни, хотя и самый глубокий. Каждый знает, как негодующе отреагирует маленький ребенок, если взрослый, дразня, назовет его неверным именем. Это означает, что

его лишили идентичности — самой большой драгоценности для него. В Ветхом Завете фраза «Я вычеркну их имена (то есть удаление их идентичности), и будет так, будто они сами никогда не существовали», — означала самую большую угрозу, даже страшнее, чем физическая смерть.

История двух девочек-близнецов — яркое свидетельство тому, насколько важно для ребенка быть полноправной личностью. Две маленькие девочки прекрасно дружили, особенно потому, что дополняли друг друга. Одна была экстравертом и всегда находилась в центре внимания гостей дома, в то время как другую вполне устраивало уединение: она рисовала карандашами или сочиняла коротенькие стишки. Их родители, как и родители других близнецов, собираясь на прогулку, одевали их одинаково. Когда возраст детей был около трех с половиной лет, девочка-экстраверт стала требовать одеваться совершенно не так, как сестра. Если она одевалась второй, то даже соглашалась одеваться в более старое и менее нарядное платье, лишь бы не в такое же, в какое уже была одета сестра-близнец. Когда же сестра одевалась после нее, то она умоляла ее, даже со слезами, не надевать одинаковое платье. Некоторое время это вызывало у родителей недоумение, поскольку в других ситуациях ребенка ничего не беспокоило. В итоге родители спросили ее: «Тебе нравится, когда на прогулке люди говорят: “Посмотрите на этих прелестных близнецов?”» На что девочка сразу же воскликнула: «Нет! Я хочу, чтобы они говорили: “Посмотрите на этих двух разных людей!”»

Спонтанное восклицание, очевидно раскрывающее нечто очень важное для этой маленькой девочки, нельзя объяснить просто тем, что ребенок жаждал внимания, поскольку она получала бы его гораздо больше, если бы была одета одинаково с сестрой. Наоборот, это демонстрирует ее потребность быть личностью по праву, иметь личную идентичность — потребность, даже гораздо более важную для нее, чем внимание или престиж.

Эта маленькая девочка должным образом сформулировала цель каждого человеческого существа — стать личностью. У каждого организма в жизни есть одна и только одна цель — реализовать свои потенциальные возможности. Желудь становится дубом, щенок становится псом и строит отношения доверия и преданности со своими хозяевами-людь-

ми, от которых он же и выигрывает. И это все, что требуется от дуба или собаки. Но задача человека по реализации своей природы намного более сложная, поскольку он должен сделать это осознанно. То есть развитие человеческого существа никогда не является автоматическим, но, до некоторой степени, должно быть выбрано и упрочено самим человеком. Как написал Джон Стюарт Милль[1]: «Среди работ человека, которыми он занят на протяжении всей жизни в целях совершенствования и украшения, на первом месте, конечно же, стоит сам человек... Человеческая природа — это не машина, которую строят по модели и точно подгоняют для выполнения конкретной работы. Это скорее дерево, которому нужно расти и развиваться во все стороны, как того требуют внутренние силы, которые и делают его живым существом». В этой изумительно изложенной мысли Джон Стюарт Милль, к сожалению, упустил самое важное «требование внутренних сил», которое и делает человека живым существом, а именно, что человек не растет автоматически, как дерево, но реализует свои потенциальные возможности только так, как он планирует и выбирает в своем собственном сознании.

К счастью, долгие периоды младенчества и детства в человеческой жизни, в отличие от желудя, который остается сам по себе, как только упадет на землю с дерева, или щенка, который обязан полагаться только на себя уже через несколько недель после рождения, подготавливают ребенка к этому трудному заданию. Он способен приобрести некоторые знания и накопить внутреннюю силу так, чтобы в моменты, когда он будет обязан решить или выбрать что-то, у него была эта возможность.

К тому же человек обязан делать свой выбор как индивидуум, поскольку индивидуальность — это одна из сторон самоосознания человека. Мы можем увидеть это достаточно четко, когда поймем, что самоосознание — это всегда уникальное действие: я никогда не узнаю, как именно вы себя воспринимаете, и вы никогда не узнаете, как на самом деле я отношусь к самому себе. Это внутреннее святилище, где каждый человек

[1] Милль Джон Стюарт (1806–1873) — британский философ, экономист, политик, один из основоположников либерализма. Развивал концепцию индивидуальной свободы в противовес государственному и общественному контролю. Важнейший философский труд — «Система логики». (*Примеч. ред.*)

должен оставаться наедине с собой. Данный факт приводит к присутствию трагедии и неизбежной изоляции в человеческой жизни, но в то же время он означает, что мы обязаны найти в себе силы оставаться в своем внутреннем святилище индивидуальностями. И данный факт также означает, что поскольку мы не сливаемся автоматически с себе подобными, мы обязаны сознательно научиться любить друг друга.

Если какой-либо организм не справляется с проявлением своих потенциальных возможностей, то он становится слабым, — так же и ноги усохнут, если на них никогда не ходить. Но сила ног — это не единственное, что можно потерять. Кровоток, движения сердца, весь организм ослабеет. И таким же образом, если человек не реализует свои потенциальные возможности как личность, он в соответствующей мере становится ограниченным и больным. Это и есть сущность невроза — неиспользованные потенциальные возможности человека, заблокированные неблагоприятными условиями в окружающей среде (в прошлом или в настоящем) и его собственными интернализованными конфликтами, обращенными внутрь и приводящими к осложнениям. Уильям Блейк сказал: «Энергия — извечный восторг. И тот, кто желает, но действий не предпринимает, плодит мор».

Кафка был мастером изуверского искусства изображения людей, не реализующих свой потенциал и потому теряющих человеческое лицо. У главных героев в его «Процессе» и «Замке» нет имен: их определяют инициалами имен — безмолвным символом отсутствия чьей-то идентичности, достигнутого без посторонней помощи. В «Превращении», шокирующей и пугающей аллегории, Кафка показывает, что происходит с человеком, когда он утрачивает свои силы. Герой этой истории — типичный пустой современный юноша, который живет обычной, праздной жизнью торговца, возвращаясь каждый день в свой буржуазный дом, обедая одинаковым ростбифом каждое воскресенье, когда его отец засыпает за столом. Кафка подразумевает, что жизнь этого молодого человека была настолько пустой, что однажды он просыпается не человеком, а тараканом. И это потому, что он не реализовал свой статус человека, потерял свои человеческие потенциальные возможности. Таракан, как вши, крысы и другие вредители, живет за счет останков других. Это паразит, и в представлении большинства людей он является символом

чего-то грязного и противного. Можно ли придумать более мощный символ, чтобы обозначить, что происходит с человеческим существом, которое отказывается от своей природы как личности?

При условии что мы реализуем свои потенциальные возможности в качестве отдельных личностей, мы испытываем такую глубокую радость, на какую только способен человек. Когда ребенок учится взбираться по лестнице или поднимать коробку, он пытается снова и снова, вставая при падениях и начиная сначала. И наконец, когда все получается, он смеется от удовольствия, выражая радость от использования своих возможностей. Но это ничто по сравнению с тихой радостью подростка, когда у него впервые получается использовать свою новоприобретенную силу и подружиться с кем-то, или радостью взрослого, когда он может любить, планировать и создавать. Радость — это эмоциональная реакция, которая проявляется, когда мы используем наши силы. Радость, а не счастье, есть цель жизни, поскольку радость — это эмоция, которая сопровождает реализацию нашей человеческой природы. Она основана на опыте определения идентичности в качестве человека достойного и ценного, способного, при необходимости, утвердить свое существование против других существ и всего неорганического мира. В своей идеальной форме эта сила представлена в жизни Сократа, который был настолько уверен в себе и своих ценностях, что, приговоренный к смерти за отстаивание своих идеалов, воспринимал это не как поражение, а как более полную реализацию своих возможностей. Но мы вовсе не хотим приписывать такую радость только героям и выдающимся личностям; она качественно присутствует в любом действии, даже самом незаметном, которое было предпринято как честное и ответственное проявление личных возможностей человека.

Самопрезрение как суррогат самоуважения

Здесь надо остановиться, чтобы ответить на пару возражений. Некоторые читатели могут подумать, что такое внимание к необходимости и ценности самосознания сделает людей «слишком озабоченными» собой. Одно возражение, возможно, будет о том, что такая концентрация может сделать человека «слишком погруженным в себя», а другое — о том, что это

заставит человека возгордиться собой. Авторы последнего возражения могут задать вопросы, как то: «Не говорили ли нам не думать слишком много о себе? Не было ли провозглашено, что человеческая гордость является корнем большинства зол в наше время?»

Давайте сперва рассмотрим второе возражение. Спору нет о том, что человеку не следует быть о себе слишком высокого мнения, а мужественное смирение и реалистичные взгляды на жизнь есть признаки зрелой личности. Но завышенное мнение о себе, в форме самолюбования и тщеславия, не появляется из большей осознанности чьего-либо «я» или большего чувства собственного достоинства. По факту это происходит как раз от обратного. Самолюбование и тщеславие являются, в большинстве случаев, внешними признаками внутренней пустоты и неуверенности в себе, а проявление гордыни — одно из наиболее распространенных прикрытий тревожности. Гордость была главной характеристикой «бурных двадцатых» XX века, но теперь мы знаем, что тот период был временем широко распространенной, подавленной тревожности. Человек, ощущающий себя слабым, становится агрессором, младший по чину — хвастуном; поигрывание мускулами, болтливость, заносчивость, стремление держаться вызывающе — все это симптомы скрытой тревоги у отдельного человека или группы лиц. Огромная гордыня проявилась и в фашизме, как это известно каждому, кто видел изображения заносчивого Муссолини или психопатичного Гитлера, но фашизм — это ее развитие в людях пустых, тревожных и отчаивающихся, которые поэтому и цепляются за обещания тех, кто страдает манией величия.

Углубляясь в этот вопрос, скажем, что многие из этих современных выпадов против собственной гордости, а также многие из панегириков сомнительному самопожертвованию связаны с иной мотивацией, нежели смирение или смелость противостоять ситуации, в которой оказался человек. Достаточно большое количество таких аргументов, например, вскрывают явное презрение к себе. Олдос Хаксли пишет: «Для всех нас наиболее невыносимо скучная и гнетущая жизнь — это та, которую мы живем с самими собой». К счастью, тут мы сразу можем дать ремарку, что подобное обобщение неверно; эмпирически это не будет подтверждением, что самые тоскливые и гнетущие часы у Спинозы были, когда он оставал-

ся наедине с собой; или у Торо[1], Эйнштейна, Иисуса или многих других людей, которые не были знамениты, но которым удалось, как отмечал Кьеркегор, обрести самоосознание. Я сомневаюсь, что ремарка Хаксли правдива даже для него самого или Рейнгольда Нибура[2] либо других, кто с такими самоуверенностью и упорством объявляет вне закона человеческое стремление быть собой. На самом деле в наши дни очень просто собрать аудиторию, если читать проповеди о зле тщеславия и гордости в человеке, потому что множество людей в любом случае чувствуют себя чрезвычайно опустошенными, уверены в своей ничтожности, так что они с легкостью принимают правоту того, кто их обвиняет.

Это приводит нас к наиболее важной точке в понимании динамики столь популярного современного самобичевания, а именно: *обличение самого себя — самый быстрый способ получить суррогат чувства собственного достоинства*. Те люди, кто почти, но еще не совсем, утратили чувство собственного достоинства, в целом имеют очень сильную потребность в самопорицании, поскольку это самый доступный способ притупить мучительную боль от ощущения никчемности и ничтожности. Это как если бы человек говорил самому себе: «Я, должно быть, чего-то стою, если так сильно достоин порицания» или «Посмотрите, какой я замечательный: у меня такие высокие идеалы, и мне так стыдно за себя, что я до них не дотягиваю». Один психоаналитик однажды намеренно подчеркнул, что когда кто-то в психоанализе долго критикует себя за ничтожные прегрешения, ему хочется спросить: «Как думаете, вы кто?» Люди, занимающиеся самобичеванием, очень часто стараются показать, насколько они важны, что Богу есть до них дело, чтобы даже наказывать их.

И таким образом, в большинстве случаев самопорицание — это ширма, прикрывающая высокомерие. Те, кто думают, что преодолели гордыню через самопорицание, могут поразмыслить над следующим высказыванием Спинозы: «Тот, кто порицает себя, — следующий за гордецом».

---

[1] Торо Генри Дэвид (1817–1862) — американский писатель, философ, натуралист, представитель трансцендентализма. Два года жил в хижине на берегу Уолденского пруда, позже описал этот опыт в своем главном сочинении «Уолден, или Жизнь в лесу». (*Примеч. ред.*)

[2] Нибур Карл Пауль Рейнгольд (1892–1971) — американский протестантский теолог, философ, политолог. (*Примеч. ред.*)

В Древних Афинах, когда один политик в попытке получить голоса трудящихся появился в скромных одеждах с огромными дырами, Сократ вскрыл его «маскировку» восклицанием: «Ваше тщеславие проглядывает сквозь каждую дырку вашего одеяния».

В большинстве случаев механизм самопорицания в наши дни можно наблюдать в психологических депрессиях. Например, ребенок, ощущающий, что его не любят родители, всегда может сказать, обычно — самому себе: «Если бы я был другим, если бы не был плохим, то они бы меня любили». Посредством этого он избегает встречи с ужасом и полной силой понимания, что он нелюбим. Так же и со взрослыми: если они обвиняют самих себя, то им не надо в полной мере испытывать боль от изоляции и опустошения, а факт, что их не любят, в этом случае не подвергает сомнению их ощущение собственной ценности как личностей. Поскольку они всегда могут сказать: «Если бы не тот или этот грех или плохое поведение, то меня бы любили».

В наш век пустых людей повышенный интерес к самопорицанию похож на хлестание больной лошади: этим достигается временный прогресс, но и приближается конечный коллапс достоинства личности. Суррогат самопорицания вместо самоуважения дает отдельной личности способ избежать открытой и честной конфронтации с собственными проблемами изоляции и никчемности и способствует псевдосмирению вместо честного смирения того, кто стремится реалистично оценить свою ситуацию и конструктивно сделать все от него зависящее. К тому же суррогат самопорицания дает человеку рациональную базу для самоненависти и таким образом еще усиливает его тенденцию ненавидеть себя. И поскольку обычно можно провести параллели между отношением одного человека к другим и его отношением к самому себе, то скрытые тенденции к ненависти к другим людям у такого человека тоже получают дополнительную рационализацию и усиление. Переходы от ощущения своей никчемности к самоненависти, а оттуда — к ненависти по отношению к другим — совсем не большие.

В тех кругах, где проповедуется самопрезрение, конечно, никогда не объясняют, почему человек должен быть столь невежлив и бесцеремонен, чтобы навязывать свое общество другим людям, хотя считает себя угрю-

мым и тоскливым. Кроме того, есть масса противоречий в доктрине, что нам следует ненавидеть себя, свое «я», и любить других, очевидно ожидая, что они будут любить нас — человеконенавистников, каковыми мы и являемся, или же что чем больше мы ненавидим себя, тем больше любим Бога, совершившего ошибку и создавшего это презренное существо — «я».

Однако, к счастью, нам больше не нужно спорить о том, что любовь к себе не только необходима и благотворна для нас, но также является предпосылкой к тому, чтобы любить других. Эрих Фромм в своем убедительном анализе «Эгоистичность и любовь к себе» вполне ясно показал, что корни людской эгоистичности и чрезмерной заботы о себе на самом деле уходят к внутренней самоненависти. Он указывает на то, что любовь к себе — это не только не эгоистичность, но и фактически — ее *противоположность*. Другими словами, человек, считающий себя недостойным, вынужден поддерживать себя эгоистическим возвеличиванием, в то время как у человека с положительным восприятием собственной ценности, то есть у человека, который себя любит, есть основа для щедрого отношения к ближнему. К счастью, из дальней религиозной перспективы также становится понятно, что существующие самобичевание и самопрезрение являются результатом определенных проблем современности. Уничижительное видение личности у Кальвина было тесно связано с тем фактом, что люди ощущали себя крайне незначительными в индустриальном развитии современного ему периода. А самопрезрение XX столетия берет свое начало не только в кальвинизме, но и в нашей болезни опустошенности. Поэтому современное презрительное отношение к себе не является отражением давней иудейскохристианской традиции. Кьеркегор изобразил это наиболее понятно:

> Поэтому если кто-то не научится в христианстве любить *себя* правильно, то и ближнего своего он любить не сможет...
>
> Любить себя и любить ближнего своего — это абсолютно идентичные понятия, а в своей сущности — одно и то же.
>
> ...А значит, закон гласит: «Возлюби ближнего как самого себя, когда ты любишь его, как самого себя»[1].

---

[1] Антология Кьеркегора. Роберт Бретолл, изд. Princeton, 1946. С. 289. (*Примеч. авт.*)

Самоосознание — не интроверсия

Другое возражение, которое мы упоминали выше, может возникнуть у читателя в форме вопросов: «Не должны ли мы пытаться забыть о себе?», «Не приводит ли самоосознание к тому, что осознанный человек становится застенчивым, напряженным и социально скованным?». Некоторые из вопрошающих всенепременно упомянут знаменитую многоножку, которая плохо кончила, потому что слишком много «думала, какая из ног должна идти за какой, да так и осталась лежать в норке». Очевидно, что мораль тут следующая: «Вот что происходит с тем, кто слишком много думает о том, что он делает».

Прежде чем дать ответ на эти возражения, мы обязаны отметить, насколько неудачно самоосознание в этой стране идентифицируется с нездоровым самоанализом, застенчивостью и смущением. Само собой разумеется, что последнее в этом мире, чего бы хотелось человеку, — это быть осознанным. Но наш язык сыграл с нами злую шутку, немецкий язык более аккуратен в этом отношении, поскольку в нем «самоосознание» также означает и «уверенность в себе», как оно и должно быть.

Один пример внесет полную ясность в понимание того, что предмет нашей беседы — противоположность застенчивости, скованности и болезненному самоанализу. Некий интеллектуально очень развитый и, на первый взгляд, кажущийся весьма успешным молодой человек обратился за психотерапией потому, что его спонтанность была блокирована почти полностью. У него не получалось полюбить кого-либо, он не испытывал никакого удовольствия от дружеского общения. Достаточно сильная тревожность и повторяющаяся время от времени депрессия сопровождали эти проблемы. Он имел привычку отстраняться от себя, смотреть на себя как бы со стороны, не позволяя себе проявлять чувства, до тех пор пока забота о себе не стала для него болезненной. Слушая музыку, он настолько концентрировался на том, насколько хорошо он слышит, что вообще не слышал этой музыки. Даже занимаясь любовью, он будто стоял рядом, смотрел на себя и спрашивал: «Хорошо ли мне?» Как можно догадаться, это изрядно портило ему жизнь. Попав в кабинет психотерапевта, он испугался, узнав, что ему нужно будет еще лучше познакомиться с собственным внутренним миром, что он

станет еще больше «самоосознающим» и поэтому его уже имеющиеся проблемы усугубятся.

Он был единственным ребенком у своих тревожных родителей, которые слишком его опекали. Например, они никогда никуда не ходили вдвоем, потому что боялись оставлять его одного на ночь. Хотя в целом родители придерживались «либеральных» и «рациональных» взглядов на воспитание сына, он не может вспомнить ни одного случая из своего детства, когда они обсуждали бы с ним что-то. Они хвастали его достижениями в школе перед родственниками, делали вырезки из тетрадей, свидетельствующие о его успехах, гордились, что он был умнее своих кузенов, но чрезвычайно редко признавали его достоинства непосредственно перед ним. Поэтому еще ребенком он был не в состоянии развить понимание своей собственной независимой силы и ценности и в качестве замещения зацикливался на получении вознаграждения в виде школьных призов. Добавьте к этому, что его первые юношеские годы прошли в гитлеровской Германии, где он постоянно находился под гнетом пропаганды о том, что не имел никакой ценности как еврей. Получалось, что его отчуждение от себя и непрерывное самонаблюдение во взрослом возрасте было неким продолжением процесса вырезания удачных мест из тетрадей, измерением и взвешиванием себя, попыткой доказать, что нацисты были не правы в его отношении, и получить подлинную похвалу своей личности от родителей. Понятное дело, что данный случай сильно упрощен. Мы имеем тут целью только проиллюстрировать, что болезненное самоосознание этого человека и его неспособность быть непосредственным и искренним напрямую связаны с отсутствием осознания себя, а именно *отсутствием опыта, что он и был действующим «я»*. Быть просто «обозревателем» кого-то, относиться к себе как к объекту означает быть незнакомцем для самого себя.

Пресловутая многоножка является, по большому счету, логическим обоснованием, используемым теми, кто не хочет проходить через сложный процесс наращивания самоосознания. Более того, в этой байке много неточностей. Например, чем меньше вы имеете представления о вождении машины или о дорожной ситуации, пока едете, тем вы напряженнее и тем сильнее должны держать себя в руках. И наоборот, чем более опытный вы водитель и чем больше вы понимаете, как действовать

в экстренной ситуации на дороге, тем больше вы можете расслабиться за рулем, ощущая свою силу. У вас есть понимание, что именно вы ведете машину, вы ее контролируете. Осознание себя фактически расширяет наш контроль над своими жизнями, и с этой крепнущей силой приходит возможность разрешить себе быть и действовать. Вот она правда, скрывающаяся за кажущимся парадоксом, когда чем больше у человека осознания себя, тем более спонтанным и изобретательным одновременно может быть этот человек.

Без сомнения, совет забыть свое детское, инфантильное «я» — это хороший совет. Но он редко может привести к положительному эффекту. Более того, правда, что в некотором смысле человек забывает себя в творческой деятельности, как мы увидим в следующей главе. Но вначале мы должны рассмотреть сложный вопрос о том, как человек достигает самоосознания.

Ощущение собственного тела и чувств

В достижении самоосознания большинство людей должны начать с самого начала и заново изучить свои чувства. Удивительно, как много людей имеют лишь общее представление о том, что они чувствуют. Они говорят, что чувствуют себя «нормально» или «скверно», — настолько же в общих чертах, как если бы сказали, что «Китай — это где-то в Азии». Их связь со своими чувствами так же дистанцирована, как разговор по международному телефону. Они не выражают чувства напрямую, а только выдают предположения об этих чувствах, их не затрагивают глубоко их аффекты, их эмоции не дают им движения. Как «Полые люди» Элиота, где они ощущают себя так:

> Контур без формы, оттенок без цвета,
> Обессиленная сила, жест без движения.

В психотерапии, когда такие личности не способны познать свои чувства, им частенько приходится учиться чувствовать, отвечая изо дня в день на один и тот же вопрос: что я сейчас чувствую? Самое важное тут не *сколько* человек чувствует, и мы, конечно, не имеем в виду, что

здесь надо булькать и пузыриться, то есть важна чувствительность, а не градус кипения, волнение, а не аффект. Правильнее сказать, что важно как раз ощущение, что «я» — действующий, тот, кто производит эту эмоцию. Это понимание несет с собой прямоту и незамедлительность эмоции. Человек испытывает этот эффект на всех уровнях своего «я». Человек испытывает чувства с увеличенной яркостью и живостью. В дальнейшем, вместо переживания ограниченного набора чувств, как ноты у сигнального горна, зрелый человек становится способным разделять чувства на самые разные нюансы, сильные и яркие, или тонкие и изящные эмоции, как в различных музыкальных пассажах симфонии.

Это также означает, что нам необходимо восстановить свою связь с телом. Младенец получает часть ранней личностной идентификации через познание своего тела. Гарднер Мерфи[1] говорит: «В качестве первого контура самости мы можем назвать тело младенца, которое он уже осознал»[2]. Малыш дотягивается до своей ноги снова и снова, и раньше или позже возникает опыт: «Вот нога. Я могу ее чувствовать, и она принадлежит *мне*». Сексуальные ощущения крайне важны, поскольку они находятся в числе первых ощущений, которые ребенок может отнести непосредственно к себе. При стимулировании эрогенных зон в игре или одеждой закладываются рудиментарные основы опыта, связанного с осознанием своего «я». К сожалению, сексуальные ощущения и те, что связаны с туалетными делами, были сильно табуированы в нашем обществе в прошлом, и детям вкладывалась в голову мысль, что подобные ощущения — «грязные». Поскольку такие ощущения есть часть его пути по идентификации себя, то такое табу довольно четко транслировало: «Твое представление о себе — грязное». Вне всякого сомнения, это одна из важных составляющих причины появления тенденции к обесцениванию самости в нашем обществе.

Способность осознавать свое тело имеет огромную важность на протяжении всей жизни. Любопытным является факт, что большинство

---

[1] Мерфи Гарднер (1895–1979) — американский психолог, занимался психологией личности и межличностных отношений. Большое значение придавал эксперименту, повторяемости полученных данных. (*Примеч. ред.*)

[2] Культура и личность. Ред. Sargent and Smith. С. 19. (*Примеч. авт.*)

взрослых настолько утратили физическую связь с телом, что если их внезапно спросить, они не способны сказать, как ощущаются их ноги, или щиколотка, или средний палец, или любая другая часть тела. В нашем обществе осознание различных частей тела осталось, по большому счету, только у некоторых шизофреников с пограничным состоянием и тех искушенных, кто попал под влияние йоги и других восточных практик. Большинство людей действуют по принципу: пусть ноги и руки чувствуют себя как хотят, мне надо собираться на работу. В результате нескольких веков низведения тела до уровня бездушной машины, подчиненной целям современного индустриализма, люди горды отсутствием внимания к телу. Они относятся к нему как к объекту для манипулирования, как будто бы это грузовик, который нужно гнать, пока в нем не закончится топливо. Единственный интерес, который они проявляют, — это еженедельная мысль, такая же поверхностная, как и телефонный звонок родственнику с вопросом «как дела?» при отсутствии какого бы то ни было намерения воспринимать ответ на него всерьез. И тогда природа вступает в свои права, если говорить метафорически, и сваливает такого человека гриппом или простудой или даже более тяжелыми болезнями, как бы говоря: «Когда ты научишься слушать свое тело?»

Обезличенное, отстраненное отношение к телу просматривается также в том, как большинство людей реагирует на болезнь, стоит им только стать физически недееспособными. Они говорят в пассиве — «меня свалила болезнь», изображая свое тело как объект, как если бы они сказали «меня сбила машина». Потом они пожимают плечами и считают свою обязанность выполненной, если отправятся в постель и полностью передадут себя в руки врача и под власть новых чудодейственных медицинских препаратов. Таким образом, они используют научный прогресс для рационализации своей пассивности: они знают, что бактерии, или вирусы, или аллергии атакуют тело, и они также знают, что пенициллин, или вакцина, или любые другие лекарства излечат его. Такое отношение к болезни присуще не осознанной личности, которая ощущает свое тело как часть себя, а узкомыслящему человеку, который, возможно, выражает свое пассивное отношение следующим образом: «Пневмококк сразил меня, а пенициллин — вернул к жизни».

Конечно, здравый смысл поможет человеку извлечь из науки всю пользу, которую она может дать, но нет никакой причины полностью отдавать власть над собственным телом в чужие руки. Когда кто-либо отказывается от своей автономности, то он открывает свои границы для психосоматических болезней всех сортов. Многие неполадки в функциях организма, начиная с таких простых вещей, как неправильная походка, или осанка, или дыхание, происходят из-за того, что люди всю жизнь ходили, если брать только один пример для иллюстрации, словно автоматы, и никогда не прислушивались к ощущениям в ногах, икрах или других частях тела. Исправление дефекта в ногах зачастую требует от человека, чтобы он заново научился чувствовать, что в нем происходит во время ходьбы. В борьбе с психосоматическими заболеваниями или хроническими болезнями, как, например, туберкулезом, очень важно научиться «слушать свое тело» при принятии решения, пора ли отдохнуть или можно еще продолжать работу. Удивительно, сколько подсказок, руководств, наитий о жизни улавливает чувствительная личность, у которой есть уши, чтобы слышать, что говорит ее тело. Уметь улавливать отклики своего тела, как и слышать свои чувства в эмоциональных отношениях с миром и людьми вокруг, означает быть на пути к здоровью, которое не будет периодически подводить.

Люди отделяют тело от самости не только, когда используют его как рабочий инструмент, но также и в погоне за удовольствием. Тело воспринимается как некий проводник чувственности, через который можно получить определенное гастрономическое удовольствие и сексуальные ощущения, который можно настроить, как телевизор. Равнодушное отношение к сексу, которое мы уже отметили в предыдущей подглаве, связано с этой тенденцией по отделению тела от остального «я». В отчете Кинси о сексуальном партнере говорится как об «объекте», и многие люди думают в подобном ключе нечто вроде «мои сексуальные *потребности* требуют определенного выхода» вместо «*Я* хочу и выбираю сексуальные отношения с этим конкретным человеком». Тенденция по отделению сексуальной активности от остальной части себя, как все знают, ярко проявлена, с одной стороны, в пуританизме. Но не все знают, что либертинизм, который является противоположностью пуританизму, совершает абсолютно ту же ошибку по отделению секса от самости.

Мы приглашаем тело снова воссоединиться с «я». Это требует, как уже было предложено, восстановления активного чувствования своего тела. Это означает *изучение* своего тела — получение удовольствия от еды или отдыха, или приятное возбуждение от использования сильных мускулов, или наслаждение сексуальным влечением и страстью, — как аспектов действующего «я». Это подход, когда не «Мое *тело* ощущает», а когда «*Я* чувствую». В сексе это переживание сексуального желания и страсти как один из аспектов межличностных отношений. На самом деле отделение секса от остального, что составляет нашу личность, так же нелогично, как если отделить свою гортань и говорить о том, что «мои голосовые связки хотели бы пообщаться с моим другом».

Далее, мы предлагаем поместить «я» в центр картины телесного здоровья: именно «я» — тот, кто заболевает или выздоравливает. Мы предлагаем использовать *действительный*, а не *страдательный* залог в разговорах про болезнь; устаревшее выражение «я чахну» — правильное. К счастью, хотя бы при одном заболевании активный залог все еще используется при описании процесса выздоровления — пациенты, больные туберкулезом, говорят «я вылечился» в том или ином санатории. Мы предлагаем, чтобы и физические, и психологические болезни воспринимались не как временные случайности, которые произошли *с* телом (или *с* личностью, разумом), а как природные инструменты по переобучению всей личности в целом.

Использование болезни для переобучения хорошо проиллюстрировано в одном письме, которое пациент с туберкулезом написал своему другу: «Эта болезнь появилась не потому, что я слишком много работал и подцепил где-то туберкулезную палочку, но потому, что я пытался быть тем, кем я на самом деле не являюсь. Я жил как самый экстравертный экстраверт, появляясь в компаниях то тут, тот там, занимаясь тремя работами одновременно и оставляя без развития и использования ту часть себя, которая бы могла созерцать, читать и думать и "воззвала бы к моей душе", вместо того чтобы все время куда-то торопиться и работать на полной скорости. Эта болезнь пришла как требование и возможность для того, чтобы заново открыть свои утерянные функции. Как будто это был способ природы сказать мне: "Ты должен обрести свою целостность.

Пока ты этого не достигнешь, ты будешь болеть; и ты исцелишься ровно тогда, когда на самом деле станешь собой”». Можно тут добавить, что действительно существует клиническое подтверждение, что некоторые больные, воспринимавшие свою болезнь в качестве возможности для переобучения, достигали и физического и психологического здоровья, становились более цельными личностями после серьезного заболевания, чем были до него.

Такой опыт заболевания и выздоровления позволит нам преодолеть дихотомию между телом и душой, которая так сильно мучает современного человека. Если посмотреть на различные заболевания через призму собственного «я», то можно увидеть, что физические, психологические и душевные (используя новейшее определение для обозначения и ощущения бессмысленности в жизни) болезни — это грани одних и тех же трудностей, с которыми сталкивается «я» в поиске себя в мире. Например, широко известно, что разные типы заболеваний могут служить для взаимозаменяемых целей человека. Физическое заболевание может освободить от психологических проблем, давая фокус для «плавающей» тревожности — у человека появляется нечто конкретное, о чем можно переживать, — и это менее болезненно, чем неопределенная «плавающая» тревожность; или давать некоторый отдых от обязательств тем, кто не научился принимать на себя обязательства взвешенно. Многие люди через заболевание простудой или даже чем-нибудь более серьезным освободились от чувства вины, вне зависимости от того, насколько неконструктивным такой метод может быть. Таким образом, поскольку научный прогресс победил дифтерию, туберкулез и другие болезни — достижение, о котором можно было только мечтать, — *без* помощи людям в преодолении тревожности, вины, опустошенности и бесцельности заболевание просто загоняется в какую-то новую ипостась. Это заявление может показаться грубым, но, по большому счету, это правда. Борьба с болезнью в таком разрозненном виде сравнима со сражением Геркулеса против Гидры — каждый раз, когда он срубал ей голову, на ее месте вырастала новая. В битве за здоровье можно выиграть лишь на более глубоком уровне интеграции личности. Конечно, утверждение, что длительного прогресса в сохранении здоровья мы достигнем тогда, когда помимо поиска способов борьбы с бактериями, микробами и внешними паразитами пойдем

дальше и откроем новые возможности для помощи и поддержки самим себе и другим людям так, чтобы людям больше не пришлось болеть, ни в коей мере не является обесцениванием огромного вклада новых медицинских открытий.

Осознание своих чувств закладывает фундамент для второго шага — понимания того, чего сам *хочешь*. На первый взгляд это мнение может показаться простым — кто из нас не знает, чего он хочет? Но как мы уже указали в первой главе, самое удивительное заключается в том, как мало людей действительно это знают. Если честно обратить взор внутрь себя, не обнаружим ли мы, что большинство того, чего, как мы думали, мы хотели, — просто рутина (например, желание съесть рыбу на обед в пятницу); или то, чего мы хотим, — это то, что мы думаем, нам *следует* хотеть (например, быть успешным в работе) или *хотим* хотеть (например, любить своего соседа)? Человек часто может наблюдать проявление прямых и честных желаний у детей до того, как их научат подделывать желания. Ребенок вопит: «Я *люблю* мороженое. Я *хочу* рожок» — и здесь не возникает путаницы в том, кто чего хочет. Подобная прямота в проявлении желаний зачастую — как дыхание свежего ветра над болотом. Может, не лучшее решение, если ребенок получит желаемый рожок в тот же миг, и естественно, дать или отказать — полностью родительская ответственность, поскольку ребенок еще недостаточно зрелый, чтобы принимать решения. Но пусть родители не учат этого ребенка подделывать свои желания, уверяя его, что мороженое он не хочет!

Знать о своих желаниях вовсе не означает выражать их беспорядочно, как только они взбредут в голову. Суждение и решение, как мы увидим позднее, — это составляющие любого зрелого самоосознания. Но как человеку получить основу для суждения о том, что он будет или не будет делать, если он не знает, в первую очередь, чего он *хочет*? Для подростка знать о своем эротическом влечении к человеку противоположного пола, сидящему в автобусе напротив, или к матери вовсе не означает действовать, исходя из этого влечения. Но предположим, что он никогда не позволит себе осознать подобные импульсы, поскольку подобное влечение социально неприемлемо? Как тогда ему узнать годы спустя, когда он уже будет женат, занимается ли он сексом с женой,

потому что действительно хочет этого или потому что это приемлемый и «ожидаемый» акт, супружеская обязанность?

Люди, громко предостерегающие, что если страсти и желания не подавлять, то они внезапно вырвутся на поверхность и каждый, например, будет поглощен сексуальным влечением к своей матери или жене своего лучшего друга, говорят о *невротических* состояниях. В сущности, мы знаем, что именно подавляемые ранее эмоции и желания возвращаются и приобретают навязчивый характер позднее. В Викторианскую эпоху человек-гироскоп должен был жестко контролировать эмоции, и вот так, сажая их под замок, человек превращал их в преступные. Но чем более человек интегрирован, тем менее компульсивны его эмоции. У зрелого человека чувства и желания имеют *конфигурацию*. Например, при созерцании обеда как части спектакля на сцене человек не начинает испытывать голод — он пришел посмотреть спектакль, а не поесть. Или слушая, как поет певица, человек не возбуждается сексуально, хотя она может быть очень привлекательной, — конфигурация тут установлена на то, что человек пришел послушать концерт. Конечно, как уже упоминалось не раз в этой книге, время от времени у всех у нас случаются конфликты. Но это совсем не то, что быть управляемым неконтролируемыми эмоциями.

Каждый прямой и непосредственный опыт, связанный с чувствами и желаниями, является спонтанным и уникальным. Другими словами, хотение и чувствование — это уникальная часть каждой конкретной ситуации в каждый конкретный момент времени в конкретном месте. Спонтанность означает способность реагировать на ситуацию в целом, или, выражаясь техническими терминами, реагировать на конфигурацию «форма — фон». Спонтанность — это активное «я», становящееся частью определенной ситуации. Как в хорошем портрете фон всегда является неотъемлемой составляющей, так и действие зрелой человеческой особи является неотъемлемой частью ее «я» в окружающем мире. Однако спонтанность очень отличается от напыщенности, эгоцентризма или позволения себе выражать эмоции, невзирая на окружающую ситуацию. Спонтанность — это действующее «я», реагирующее на текущую ситуацию. Именно в этом ракурсе стоит воспринимать оригинальность и уникальность, всегда являющиеся частью спонтанности. Поскольку

одна и та же ситуация никогда не происходила ранее и не повторится в будущем, то и чувство человека в этот момент всегда будет новым и никогда в точности не повторится. Только невротические реакции неизменно повторяются.

Третий шаг, наряду с открытием своих чувств и желаний, — это обнаружение нашей связи с подсознательными аспектами своего «я». Мы добавим только несколько коротких комментариев по поводу этого шага. Как современный человек сдал свой суверенитет над телом, так же он отказался и от бессознательной стороны своей личности, которая стала для него практически чужой. Выше по тексту мы уже рассмотрели, как подавление «иррационального», субъектных и бессознательных аспектов опыта идет рука об руку с потребностью современного человека сосредоточиваться на упорядоченной, целесообразной стороне нашего индустриального и коммерческого мира. И теперь нам надо найти и вернуть, насколько возможно, то, от чего мы отказались. С глубокой древности, еще до того как Иосиф стал толковать сны фараона, и до Нового времени люди воспринимали свои сны как источник мудрости, озарения и руководство к действию. Но большинство из нас сейчас воспринимают сны как причудливые видения, столь же далекие от нас, как церемониальные танцы Тибета. Это приводит к тому, что колоссальная часть нашего «я» оказывается отрезанной. Мы, получается, больше не способны использовать львиную долю мудрости и силы нашего бессознательного. Это ставит нас в ситуацию, как будто мы пытаемся управлять колесницей, запряженной только одной лошадью — традиционный образ во времена Платона, — а остальные четыре или пять разбегаются в разные стороны. Хотя тенденции и интуитивные ощущения блокируются в бессознательном и не допускаются в сознание, они все еще остаются частью нашего «я», и к ним можно, в той или иной степени, добраться и сделать их осознанными. Чем раньше мы восстановим суверенитет в этой части королевства, тем лучше.

Если мы углубимся в вопрос толкования снов, то это уведет нас слишком далеко от темы главы. Конечно, понимание снов — острый и сложный вопрос, хотя и не такой сложный, как может показаться кому-то, кто начнет читать об эзотерических символах в большинстве современных сонников. Эти эзотерические символы снова превращают всю проблему

в абракадабру, — и это другой способ, возможно, типичный современный способ, отказа от нашего суверенитета над бессознательными аспектами «я». Как если бы мы сказали, что посвященные и знающие магию могут понять наши сны, но сами мы не можем! В своей последней книге «Забытый язык» Эрих Фромм отмечает, что сны, как мифы и сказки, на самом деле вовсе не иностранный язык, а часть одного универсального языка, который доступен всему человечеству. Книгу Фромма можно рекомендовать читателю нетехнического склада ума, кто хочет заново узнать что-то об этом бессознательном «языке своей отчизны».

В этой главе мы хотим только засвидетельствовать благожелательное отношение ко снам и другим проявлениям бессознательного и несознательным аспектам нашего «я». Сны — это выражение не только конфликтов и подавленных желаний, но еще и прошлых знаний, которые человек получил ранее, возможно, много лет назад, и думает, что забыл о них. Даже неподготовленный человек, если займет позицию, что содержание его снов достойно того, чтобы не быть отвергнутым как явная чушь, может иногда получать из них полезные руководства к действию. А человек, который умеет понимать, что он пытается сказать самому себе во снах, может извлекать из них удивительно ценные подсказки и глубокие знания для решения своих проблем.

В заключение этой главы хочется показать, что чем больше самоосознания есть у человека, тем более он живой. «Чем более осознанный, — отмечает Кьеркегор, — тем более самостоятельный». Быть личностью означает наращивать осознанность, опыт самости, опыт того, что «я» — тот, кто действует, — субъект происходящего вокруг.

Такой взгляд на то, что значит быть личностью, оберегает нас от двух ошибок. Первая — *инертность*[1] — позволяет детерминистским силам заместить собою самоосознание. Нужно признать, что некоторые тен-

---

[1] Я использую это слово для неконструктивной (невротической) формы пассивности. Некоторые формы пассивности, такие как мечтания и расслабленность, могут быть нормальными и конструктивными, и в них «я» по-прежнему находится в центре осознанности; именно «я» находится в расслабленном состоянии или в мечтаниях. (*Примеч. авт.*)

денции в ранних формах психоанализа могут быть использованы, чтобы рационализировать инертность. Открытие Фрейда о том, насколько любого из нас «толкают» наши бессознательные страхи, желания и наклонности всех мастей, и о том, что человек в крайне ничтожной степени является хозяином своего ума, во что изначально верил человек с «силой воли» в XIX веке, является эпохальным. Но вместе с упором на детерминизм бессознательных сил возникла и пагубная предпосылка, жертвой которой частично стал и сам Фрейд. Например, один из первых психотерапевтов Гроддек[1] писал: «Нами управляет бессознательное», а Фрейд в письме выразил ему почтение за его внимание к «пассивности эго». Чтобы скорректировать частичное недопонимание, мы обязаны подчеркнуть, что конечная цель фрейдовских исследований бессознательных сил заключалась в том, чтобы помочь людям перевести эти силы в сознательное. Как он не единожды говорил, цель психоанализа заключается в том, чтобы из бессознательного сделать сознательное; увеличить осознанность; помочь отдельной личности осознать бессознательные наклонности, которые помыкают самостью, как мятежные матросы, захватившие корабль; и таким образом помочь человеку осознанно управлять своим кораблем. Следовательно, упор этой главы на рост осознанности личности и предостережение от инертности имеют много общего с конечной целью Фрейда.

Другая ошибка, от которой оберегает нас такой взгляд на личность, — это активизм, то есть использование *активности* вместо *осознанности*. Под активизмом мы понимаем тенденцию, широко принятую в этой стране, полагать, что чем больше человек проявляет активности, тем более он живой. Должно быть ясно, что когда мы используем термин «активное я» в этой книге, мы не имеем в виду занятость или простое выполнение каких-то действий. Многие люди постоянно занимают себя, чтобы завуалировать свою тревожность; их активизм — это способ бегства от самих себя. Они получают ложное и временное ощущение жизни, беспрестанно мчась куда-то, как будто что-то происходит, только

[1] Гроддек Георг Вальтер (1866–1934) — немецкий психиатр, психоаналитик, сподвижник З. Фрейда. Ввел в научный оборот идею бессознательного «Оно» (it), которую развил Фрейд. Считал «Оно» источником психических и органических заболеваний. (*Примеч. ред.*)

когда они движутся, или как будто быть занятым — это доказательство их важности. У Чосера есть лукавый и проницательный комментарий об этом типе, выведенном в образе торговца в «Кентерберийских рассказах»: «Думается мне, он кажется более занятым, чем есть на самом деле».

Наша трактовка самоосознанности безусловно включает активность в качестве выражения жизни, но это противоположное активизму явление — противоположное, потому что здесь действие не нужно для того, чтобы избежать самоосознания. Живость часто означает способность *не* действовать, быть творчески незанятым, что может быть даже сложнее для большинства современных людей, чем чем-либо заниматься. Роберт Льюис Стивенсон точно написал: «Чтобы быть праздным, необходимо сильное чувство личностной идентификации». Как мы и предположили, самоосознание вновь выносит на поверхность более спокойные виды деятельности — например, созерцание и медитацию, которые западный мир на свою беду утратил. Это возбуждает новый интерес к тому, чтобы *быть* кем-то, а не просто что-то *делать*. С таким отношением к себе работа для нас, современных людей — великих трудяг и производителей, не будет побегом от себя самих или попыткой доказать свою значимость, но творческим выражением спонтанных сил личности, которая сознательно признала свое отношение к миру и ближним.

ГЛАВА 4

Битва за выживание

Но не сопряжена ли дорога к самоосознанию с еще большими невзгодами, крутыми спадами и подъемами и конфликтом, на который мы намекнули в предыдущей главе? Несомненно, и мы снова возвращаемся к более динамичным способам становления личности. Для большинства людей, в основном взрослых, старающихся преодолеть ранний опыт, который заблокировал им возможность становления как личности, достижение самоосознанности связано с борьбой и конфликтом. Они обнаруживают, что для того чтобы стать личностью, нужно не только учиться чувствовать, получать опыт и хотеть, как мы отметили в предыдущей главе, но и бороться с тем, что мешает им чувствовать и хотеть. Они обнаруживают, что существуют цепи, которые удерживают их в прошлом. Эти цепи, в сущности, — узы, привязывающие нас к родителям, и в нашем сообществе — особенно к матери.

Мы видели, что развитие человеческого существа — это некий континуум отделения его как личности от «массы» к свободе. Мы также отмечали, что потенциальная личность — это изначально единство матери и утробного плода, когда он питается автоматически, через пуповину, без какого-либо выбора для матери или ребенка. Когда ребенок рождается и пуповину перерезают, он физически становится индивидуумом, и теперь питание превращается в осознанный выбор обоих участников процесса: малыш может расплакаться, требуя пищи, а его мать может решить, «да» или «нет». Но ребенок все еще крайне зависим от родителей, и особенно от матери, которая осуществляет уход за ним. Его становление как личности продолжается через бесчисленное множество шагов: появление самосознания начинается с рудиментарных зачатков ответственности и свободы, отделения от родителей, когда он может уходить со двора,

ходит в школу, проявляет признаки полового созревания в подростковом возрасте, спорит по поводу выбора колледжа и профессии, принимает ответственность за новую семью при женитьбе и т. д. На протяжении всей жизни человек вовлечен в этот континуум отделения себя от целого и совершения новых шагов по направлению к новой интеграции. И действительно, всю эволюцию можно описать как процесс отделения части от целого, индивидуальности — от масс, когда части интегрируют друг с другом позже на более высоком уровне. Поскольку человеческое существо, в отличие от камня или химического соединения, может реализовать свою индивидуальность только посредством сознательного и ответственного выбора, ему необходимо стать индивидуальностью не только физически, но и психологически, этически.

Строго говоря, процесс рождения из утробы, отсечения себя от массы, замещения зависимости выбором вплетен в каждое решение человеческой жизни и даже стоит перед человеком на его смертном одре. Иначе чем же еще является возможность мужественно умереть, как не конечным шагом в континууме обучения, чтобы остаться наедине с собой, покинуть целое?

Таким образом, человеческую жизнь можно изобразить как график дифференциации: насколько далеко он смог отделиться от автоматических зависимостей, стать индивидуальностью, насколько способен контактировать на новом уровне выбираемых им самим любви, ответственности и творческой работы? А теперь мы возвращаемся к психологической борьбе, связанной с этим отделением личности от масс.

Перерезание психологической пуповины

Младенец становится физически индивидуальным, когда перерезана пуповина при его рождении. Но пока не пришло время перерезать психологическую пуповину, ребенок остается привязанным к колышку на лужайке перед родительским домом — он не может уйти дальше, чем на длину его веревки. Его развитие заблокировано, и импульс свободы роста обращается внутрь и разлагается на негодование и злость. Люди, которым казалась терпимой жизнь в диаметре детской веревки, сталкиваются с огромным разочарованием при женитьбе, или устройстве на

работу, или в конечном счете при смерти. В каждом кризисе они, фигурально и буквально, стремятся «вернуться к матери». Как рассказал один молодой муж: «Я не могу в достаточной мере любить свою жену, потому что слишком люблю свою мать». Его единственной ошибкой было применение слова «любовь» к своим отношениям с матерью. Настоящая любовь экспансивна и никогда не исключает любви к другим; только его *связь* с матерью, которая эксклюзивна, блокирует его способность любить жену. В наше время тенденция к тому, чтобы оставаться в этих кандалах, особенно сильна, поскольку когда общество настолько разрозненно, что перестает быть «матерью» в смысле предоставления личности минимальной последовательной поддержки, человек стремится как можно теснее прилепиться к физической матери из своего детства.

Реальный случай поможет нам увидеть нагляднее, что представляют собой эти связи и сложности, связанные с их разрывом. Этот случай не является исключением; на самом деле практически единственное его отличие от других состоит в том, что поведение матери было не столь изощренным или маскируемым, как во множестве других. У одаренного тридцатилетнего мужчины были гомосексуальные чувства и отсутствие каких-либо положительных чувств к женщинам, напротив, он очень сильно их боялся. Он избегал интимной близости с кем бы то ни было и также испытывал сложности с окончанием докторской диссертации для соискания ученой степени. Единственный ребенок в семье, он презирал своего отца за слабость и подчинение доминантной жене. Мать часто унижала мужа в присутствии сына. Однажды он слышал, как она сказала в споре: «Ты ценнее для нас мертвый, чем живой. Но ты всегда был таким трусом, что боишься сам лишить себя жизни». Мама тщательно одевала сына, когда он уходил в школу. Он не умел драться, и мать приходила в школу, когда требовалось защитить его от более грубых мальчишек. Она доверяла мальчику свои секреты, подробно рассказывала, сколько натерпелась от его отца, и требовала, чтобы он помогал ей с некоторыми деталями туалета, к чему он испытывал наибольшую неприязнь. Даже уже учась в колледже и возвращаясь домой на каникулы, он цепенел от ужаса, слыша, как мать поднимается по лестнице в ночи, и боялся, что она может зайти к нему в комнату, когда он не одет. Мать открыто состояла во внебрачной связи, что очень огорчало мальчика, и, как часто происходит в подобных ситуациях, он стал еще более ревностно

относиться к ее вниманию. Впоследствии она пыталась препятствовать его свиданиям с девушками, но когда он все равно встречался, она стала пытаться организовать ему свидания с теми девушками, женитьба на которых могла улучшить ее социальное положение.

В детстве много времени уделялось его занятиям фортепиано и декламацией в обычной и воскресной школах. Однажды он очень сильно смутил своих родителей в воскресной школе, когда не смог повторить заповедь: «Почитай отца и мать». А когда мать заставляла его играть на пианино на своих дамских вечеринках, то он забывал часть произведения, которое играл, вне зависимости от того, насколько хорошо он его знал до этого. Он был очень одаренным ребенком и достиг больших успехов в школе, а затем во время службы в вооруженных силах, но его мать использовала все это для упрочения собственного положения в обществе. Без сомнения, у читателя уже сложилось понимание причины его фиаско с завершением докторской и его забывания фортепианных пьес в детстве. Оба случая — это восстание против эксплуатации матерью его успехов. Поскольку единственный способ защититься от эксплуатации своих успехов кем-то другим — это произведение того, что другой не сможет отобрать. Частые письма матери к нему, пока он находился на терапии, представляли собой бесконечные жалобы и описания ее незначительных сердечных приступов наряду с требованиями вернуться домой и начать заботиться о ней и намеками, что у нее случится следующий сердечный приступ, если он не проявит больше внимания к ней.

Проблемы этого юноши, которые мы описали крайне упрощенно, в нескольких аспектах являются типичными для молодых людей в нашем обществе. Во-первых, он страдал от отсутствия чувств, сексуальная роль была смещена, потенция отсутствовала — как сексуальная, так и творческая. Во-вторых, сравнительно типичный аспект — модель семьи. Отметим, что эта семья сильно отличалась от патриархальных семей, которые имел в виду Фрейд, когда впервые сформулировал свое понятие эдипова комплекса. В семье нашего молодого человека мать была доминирующей фигурой, отец был слабым и вызывал у сына презрение. В-третьих, мать привечала мальчика, сделала его принцем-консортом, поместив его фигуру на место мужа; такое преференциальное отношение продолжалось до тех пор, пока сын был послушен воле матери. Но «тяжела

ты, шапка Мономаха»! На своем троне у юноши не сформировалось реального чувства безопасности или силы, поскольку он находился здесь не благодаря своим усилиям, но как марионетка матери. В данном случае вырисовывается классическая картина эдипова комплекса, но с несколькими отличиями: мальчик до смерти боится кастрации (утери своей силы), но в данном случае его кастрирует мать, а не отец. Отец — совсем не конкурент, мать позаботилась об этом. У сына не было перед глазами примера сильной маскулинной фигуры, поэтому у него отсутствует этот нормальный ресурс для получения опыта по развитию силы в период роста. В качестве замещения этого отсутствовавшего источника у него было лишь подхалимство матери, избалованность и деспотическое внимание. Как можно предположить, у этого юноши зачастую были сны о том, что он принц. У него был невероятный нарциссизм, которым он компенсировал свое подлинное, внутреннее чувство почти полного бессилия. Он мог немножко восставать против матери, *не* делая каких-то вещей или иногда нелицеприятно высказываясь в ее адрес, но это был лишь пассивный протест раба против господина. Поэтому вовсе не удивительно, что этот человек до смерти боялся женщин; также не вызывает удивления, что он был в глубоком внутреннем конфликте с собой, что мешало ему преуспевать в работе, любви и любых других близких отношениях с людьми.

Есть ли какой-то выход из подобной нездоровой связи? Конечно, ребенок может временно защититься от эксплуатации, став предельно маленьким и неприметным и стараясь таким образом «избежать камней и стрел злодейки-фортуны». Один молодой человек, оглядываясь на свое детство, когда он находился под перекрестным огнем между слабым отцом-алкоголиком и доминантной, с комплексом мученицы матерью, написал стихотворение о том, как он сам видел себя в те годы:

Ты стоишь там у стола,
Все еще сжимая в руках любимую игрушку...
Стараясь быть настолько маленьким,
Чтобы они тебя не нашли...
И потом — ты один
Защищаешь то,
Что они не смогли
И даже не видели этого.

Или же — как правило, это происходит позже — он может попытаться «восстать с оружием в руках против моря проблем» и активно бороться, чтобы достичь свободы как личность по праву. К этому мы теперь и возвращаемся.

Битва против матери

Битва за такую свободу представлена в одной из величайших драм всех времен — истории об Оресте. Давайте взглянем на проблему через понимание сущности этой драмы. Это поможет не только потому, что историческая перспектива способна пролить свет на настоящее, но также и потому, что глубочайшие истины человеческого опыта, такие, например, как в трагедии Эдипа или Книге Иова, наиболее отчетливо проявляют себя в классических формах, выдержавших проверку временем.

Эта великая история человеческого конфликта была впервые описана Эсхилом в Древней Греции, а недавно пересказана в стихах Робинсона Джефферса[1] «Башня, возвышающаяся над трагедией». Пока Агамемнон, царь Микен, возглавляет поход греков против Трои, его жена Клитемнестра берет в любовники своего дядю Эгисфа. Когда Агамемнон возвращается с Троянской войны, она убивает его. Затем она изгоняет своего маленького сына Ореста и держит свою дочь Электру как рабыню. Когда Орест достигает совершеннолетия, он возвращается в Микены, чтобы убить свою мать. Встречая его, с обнаженным мечом, перед дворцом, Клитемнестра пытается разжалобить сына, обвиняя его отца: «Мне было трудно, дитя мое»; затем она прибегает к угрозам, крича: «Берегись проклятия матери, которое поразит тебя!» Как изображает это Робинсон Джефферс, когда подобные стратегии не срабатывают, она пытается соблазнить Ореста ложными заверениями в своей любви, обнимая и страстно его целуя. Он внезапно обмякает и бросает меч со словами: «Я бездействую, я сломлен». Удивительная вещь: эту внезапную инерцию и пассивность молодых мужчин, кото-

---

[1] Джефферс Робинсон (1887–1962) — американский поэт, натурфилософ. Писал о красоте дикой природы, считается главной фигурой течения энвайронментализма. (*Примеч. ред.*)

рые утрачивают свой потенциал в борьбе с доминирующей матерью, сегодня в изобилии наблюдает каждый психотерапевт. Только когда Орест замечает, что мать тут же использует его слабость, чтобы вызвать подкрепление, и понимает, что ее так называемая любовь — это вовсе не любовь, а стратегия получения власти над ним, тогда он поднимается, возвращает себе силы и наносит удар.

Затем Орест, по сути, сходит с ума. Его преследуют фурии (эринии) — карающие «духи ночи» с волосами, «переплетенными со змеями». Это греческие мифологические фигуры, олицетворяющие самообвинение и угрызения совести, и опять же удивительно, как остро и точно древние греки описывают эти символы грызущей вины, которые не дают человеку уснуть и могут подтолкнуть его к неврозу или даже психозу.

Фурии гонят Ореста без сна и отдыха, пока, наконец, он не припадает к алтарю Аполлона в Дельфах, где может передохнуть. Затем, под защитой Аполлона, его отправляют в Афины, где он предстает перед большим судом под председательством богини Афины. Глобальный вопрос, который предстоит решить, заключается в том, следует ли считать человека виновным в убийстве доминантного и эксплуатирующего родителя. Поскольку результат будет иметь решающее значение для будущего человечества, боги спускаются с Олимпа, чтобы участвовать в дебатах. После длительных прений Афина предъявляет обвинение судьям, призывая их не «изгонять из ваших стен всю верховную власть», чтобы сохранить «почитание богов и святой страх» и избежать двойной опасности «анархии», с одной стороны, и «рабского подчинения» — с другой. Судьи голосуют; и счет голосов равный. Так что сама Афина, богиня гражданских добродетелей, объективности и мудрости, должна отдать решающий голос. Она объявляет суду, что если человечество хочет двигаться вперед, люди должны освободиться от цепей, связывающих их с ненавидящими родителями, даже если это предполагает убийство родителя. И вот благодаря ее голосу Орест прощен.

За этой простой фабулой скрывается ужасная борьба человеческих страстей, конфликт, столь же глубокий и основополагающий, как и многие другие в человеческом опыте. Тема — убийство матери, но смысл — борьба Ореста, сына, за его существование как личности.

Это не что иное, как борьба за «быть или не быть» психологическим и духовным существом. Как ясно показывают Афина и другие в своих выступлениях на суде, речь идет о споре между «старыми» способами, обычаями и моралью, представленными духом Клитемнестры и эриниями, сестрами из темного подземного мира, и «новыми», которые защищают Аполлон и Афина и олицетворяет поступок Ореста. Эта история, конечно, может быть истолкована социологически как борьба нового патриархата со старым матриархатом, как это делает Эрих Фромм в своей книге «Забытый язык». Однако мы здесь сосредоточимся на психологических последствиях конфликта.

С захватывающей психологической проницательностью Эсхил указывает на то, что «Орест не мог выбрать ничего, кроме как взобраться на высоту», и что он остался бы навсегда «болен», если бы не совершил этот поступок. И в заключительном крещендо у Эсхила греческий хор поет: «Свет пришел, день рассветает». То есть благодаря деяниям Ореста в мире появляются новый свет и ясность.

Для многих людей самой шокирующей вещью в этой драме, если мы свяжем ее с проблемами сегодняшнего дня, будет не то, что́ именно она говорит об Оресте, а то, что некоторые матери похожи на Клитемнестру. Безусловно, Клитемнестра — крайний случай; никакие человеческие мотивы не являются на самом деле ни чистой ненавистью, ни любовью, ни стремлением к власти, а скорее сложным сочетанием этих мотивов. Это правда, что Клитемнестра — больше символ, чем реальная личность, символ доминирующих и авторитарных тенденций в родителе, которые «изгоняют» и душат потенциальные возможности ребенка. Но верно также и то, что эта драма, со всей глубиной и храбростью греческой литературы, более чем прямолинейна в изложении основных человеческих конфликтов. Большинство из нас сейчас, питаясь более щадящей пищей, сочтут это лекарство слишком сильным.

Что означает убийство родителя? Суть борьбы в том, что растущий человек, в данном случае Орест, борется с авторитарными силами, которые душат его рост и свободу. Такие силы в семейном кругу могут быть больше сосредоточены в отце или в матери. Фрейд действительно верил, что вероятнее всего проявится конфликт между отцом и сыном —

что отец попытается изгнать, отнять власть, «кастрировать» сына; и что сын, подобно Эдипу, должен убить своего отца, чтобы получить право на существование. Однако теперь мы знаем, что эдипов комплекс не универсален, а зависит от культурных и исторических факторов. Фрейд вырос под влиянием «немецкого отца». В середине же XX века в нашей стране есть много свидетельств тому, что именно мать, а не отец была доминирующей фигурой в семьях людей, которым сейчас примерно между двадцатью и пятьюдесятью, и что отношение к ней представляет собой самую большую проблему, и что миф об Оресте, по их мнению, наиболее глубоко выражает их собственный опыт. Я говорю не только исходя из чувств и ожиданий людей, с которыми я профессионально работал как психотерапевт, но также и на основе опыта других терапевтов, с которыми я беседовал. Как и в вышеописанном случае, сын часто привязан к матери в том отношении, что он учится получать награды, только доставляя ей удовольствие. Как будто возможности сына доступны ему только для того, чтобы оправдать высокие ожидания его матери. И конечно, потенциал — это вовсе не сила, если она раскрывается только по чьей-то команде. Таким образом, очевидно, что он не сможет использовать свою силу для развития себя как личности или проявления любви к другим людям, пока он не освободится от своих связей с ней.

Поскольку мы описываем конфликт с доминирующей матерью, некоторые читатели могут вспомнить размышления о «мамизме», которые недавно были актуальны в обществе.

Я не собираюсь судить, насколько верны обвинения против «мамизма». Однако я полагаю, что значительная часть произведений типа «Поколения гадюк»[1] является способом излить яд на мать, хотя то, что действительно злит их авторов, — это собственная зависимость от матери. Как бы то ни было, налицо много доказательств тому, что система «в нашей стране начинает напоминать матриархат», как отмечает психиатр Эдвард

---

[1] «Поколение гадюк» — книга Филипа Уайли, критикующая христианство, преклонение перед матерями и другие ценности американского общества. Была бестселлером 1940-х годов и способствовала возникновению термина «мамизм». Филип Уайли работал в разных жанрах от научной фантастики до социальной сатиры. После написания «Поколения гадюк» его стали обвинять в женоненавистничестве. (*Примеч. ред.*)

А. Стрекер[1]. Психоаналитик Эрик Эриксон[2], обсуждая в «Детстве и обществе» истоки этого матриархального развития, считает, что «мама больше жертва, чем победитель» и что американская мать была вынуждена взять бразды правления, потому что отец — на работе в городе пять дней в неделю, а дома только по выходным — отрекся от центрального положения в семье. «Мать стала "мамой" только тогда, когда отец стал "папой"».

Матриархат — это одно, но у нас все еще остается вопрос, почему женщины обладают такой *требовательностью* в нашем современном матриархате. Кстати, мы должны подчеркнуть, что речь идет не о *нынешнем* поколении матерей; о нынешних можно сказать, что они в целом сбиты с толку. Эти проблемы возникли в нашем обществе еще в предыдущем поколении матерей. Мне неизвестны психосоциологические причины этой ситуации. Все, что мы можем сделать, — это заметить, что матери пациентов психотерапевтов, как и кастрирующая мать молодого человека в приведенном выше примере, ведут себя так, как будто они испытали большое разочарование. Клитемнестра сказала, что она сделала то, что сделала, «из вековой ненависти». Конечно, никто, как Клитемнестра, не стремится использовать такую порабощающую и требовательную силу, если на то нет веской причины; как правило, причина в том, что она сильно страдала и чувствует, что единственный способ защитить себя от будущих страданий — это доминировать над другими. Неужели женщины предыдущего поколения нашего общества развили в себе завышенные ожидания того, что они получат от мужчин? Было ли это результатом переходной психологии особой ценности женщин на стыке с установками позднего викторианского периода, когда женщины были возведены на пьедестал? Возникли ли у этих женщин ожидания, что им всегда будут служить? И верно ли, что их реализация как женщин радикально не состоялась? На самом деле мы знаем, что это последнее викторианское поколение женщин было крайне неуспешным с сексуаль-

---

[1] Стрекер Эдвард Адам (1886–1959) — ведущий американский психиатр середины XX века, профессор психиатрии в Йельском университете, Пенсильванском университете и других учебных заведениях США. (*Примеч. ред.*)

[2] Эриксон Эрик Хомбургер (1902–1924) — европейский и американский психолог. В отличие от сторонников З. Фрейда подчеркивал роль «эго», считал, что именно «эго» отвечает за личностную идентичность, за гармонию с окружающим миром. (*Примеч. ред.*)

ной точки зрения и, возможно, неуспешным и в других областях. Ибо как женщины могут просто наслаждаться и получать удовлетворение, если их возводят на пьедестал, подчеркивающий различия, и одновременно ожидают, что они будут сглаживать эти различия? Является ли ответом на наш вопрос то, что это поколение матерей, которое было вынуждено ожидать от мужчин подвигов, глубоко разочаровалось в своих мужьях и компенсировало это разочарование чрезмерным собственничеством и господством над сыновьями?

Вероятно, все эти моменты имеют какое-то отношение к связи между матерью и ребенком в нашем конкретном обществе. Но греки, не довольствуясь социологическим и психологическим аспектами, поколебали глубинные устои, наивно полагая, что между матерью и ребенком может существовать некая биологическая связь, которая делает процесс освобождения ребенка от матери таким сложным и критическим. В драме богиня, голосующая за Ореста, — это Афина, которая, как она выражается, «никогда не знала чрева матери, породившей меня», но вышла, в полном боевом облачении, из головы своего отца, Зевса.

Это потрясающая идея для размышления. Рождение без участия чрева само по себе удивительно, но оно становится поистине ошеломляющим, когда мы принимаем во внимание тот факт, что греки сделали Афину богиней *мудрости*. Она говорит, что голосует за Ореста, потому что она, никогда не знавшая материнской утробы, находится на стороне «нового». Означает ли это, что путь человека от зависимости, предрассудков и незрелости к независимости, мудрости и зрелости так труден, так опутан физическими и психологическими пуповинами, что мифологическая богиня мудрости и гражданской добродетели обязана быть изображена как та, кому никогда не приходилось бороться с пуповиной? Мы знаем, что младенец ближе к матери, в чьей утробе он вынашивается и от чьей груди он питается, чем к отцу; намекают ли греки на то, что поскольку ребенок — кровь и плоть матери, он всегда будет связан с ней и что материнские отношения всегда будут скорее *консервативными*, чем *революционными*, ориентированными больше на прошлое, чем на будущее? Нельзя утверждать, что греки были убеждены, что мудрость существует в вакууме непривязанности или что что-то не так в связи как таковой. Но они, возможно, подразумевали, что искушение быть «защищенным»,

регрессировать, быть «бездеятельным» и «сломленным», как выразился Орест, символизирует стремление вернуться в утробу матери, а зрелость и свобода личности — противоположность этим тенденциям. По этой ли причине их богиня мудрости «никогда не знала чрева»?

Мы оставим эти вопросы читателю, чтобы он ответил так, как считает нужным, и вернемся к Оресту. Наш вопрос заключается в том, как этот юноша, как прототип человека, находящегося в эмоциональном конфликте, достигает своей свободы личности. В своем временном безумии после совершения преступления Орест бродит по лесу, «больной видениями». Робинсон Джефферс в своей версии изображает Ореста, возвращающегося во дворец в Микенах, где его сестра Электра приглашает его стать царем в отцовском доме. Орест смотрит на нее с удивлением и вопрошает, как она может быть настолько бесчувственной, чтобы думать, что он совершил страшное матереубийство только ради того, чтобы стать царем Микен вместо Агамемнона. Нет, он «перерос город» и решил уйти. Электра, полагая, что его проблема в том, что ему «нужна женщина», предлагает выйти за него замуж. Тогда он восклицает: «Это Клитемнестра в тебе!» — и указывает, что все беды в их несчастной семье от инцеста. В его размышлениях в лесу он продолжает:

> ...Я видел, как мы движемся в темноте; все, что мы делали или о чем мечтали, —
> Про друг друга, мужчина преследовал женщину, женщина цеплялась за мужчину, воины и короли,
> Сцепившиеся друг с другом в темноте, все любили или боролись внутри себя, каждый из потерянных людей
> Искал глазами другого, чтобы другой хвалил его; никогда не искал своего собственного, но чужого...
> ...когда они смотрят назад, они видят только человека, стоящего в начале,
> Или смотрят вперед и видят человека в конце; или если вверх, то людей в сияющем горьком небе, ходящих и пирующих,
> Которых ты называешь богами...
> Все обращено внутрь, все твои желания кровосмесительны...[1]

---

[1] *Робинсон Джефферс.* Башня, возвышающаяся над трагедией. Из книги «Чалый жеребец». Перепечатано с разрешения Random House, Inc., 1925, Boni & Liveright. (*Примеч. авт.*)

Для себя Орест решил, что он «не будет растрачиваться попусту внутри». Если бы он согласился на ее просьбу и остался в Микенах, говорит он своей сестре, то он был бы «как бродящий камень», то есть утратил бы свою уникальную человеческую природу и стал бы неорганическим. Когда он уходит «к человеческому» прочь от кровосмесительного гнезда Микен, он прощается фразой, которая могла бы звучать в веках и стать целью психологической интеграции человека: *«Я полюбил вовне»*.

Не случайно, что Орест использует термины «внутри» и «вовне» несколько раз в этих строках, и что он говорит, что главная проблема в Микенах — «инцест». Ведь инцест — это простой сексуальный, физический символ обращенности внутрь семьи и неспособности, соответственно, «любить вовне». С точки зрения психологии, инцестуозные желания, если они продолжаются в подростковом возрасте, являются сексуальным симптомом болезненной зависимости от родителей, и они встречаются преимущественно у лиц, которые не «выросли», не отрезали психологическую пуповину, связывающую их с родителем. В таком случае сексуальное удовлетворение не слишком отличается от орального удовлетворения, которое ребенок испытывает от кормления матерью. Кроме того, кровосмесительным отношениям свойственна, как говорит Орест, необходимость восхищаться другим, «чтобы другой хвалил его».

С особой проницательностью поэта Джефферс устами Ореста говорит, что даже религия этих людей является кровосмесительной. Они видят в небе только свои проекции, «ходящих и пирующих людей», которых они называют богами. Их боги являются выражением не новых и более высоких уровней стремления и интеграции, а их собственной потребности вернуться к инфантильным зависимостям. Религиозно и психологически это, конечно, полная противоположность тому, что провозглашает Иисус: «Не думайте, что Я пришел принести мир на землю; не мир пришел Я принести, но меч, ибо Я пришел разделить человека с отцом его, и дочь с матерью ее, и невестку со свекровью ее. И враги человеку — домашние его»[1]. Очевидно, что Иисус не проповедует ненависть и разделение как таковые, но он хочет заявить в самой радикальной форме, что духовное развитие *уходит* от инцеста и *прихо-*

---

[1] От Матфея 10: 34–36. (*Примеч. авт.*)

дит к способности любить соседа и незнакомца. Члены «собственного дома человека будут его врагами», если он по-прежнему связан с ними.

Табу против инцеста, обнаруживаемое почти во всех обществах, имеет серьезную психосоциальную ценность в том смысле, что оно способствует появлению «новой крови» и «новых генов», или, точнее, расширению возможностей изменения и развития. Инцест не наносит физический вред ребенку, он просто удваивает ту же наследственность и лишает его возможностей, которые он имел бы, если бы родитель женился вне семьи. То есть запрет на инцест способствует большей дифференциации человеческого развития и требует, чтобы интеграция проходила не путем одинаковости, а на более высоком уровне. Таким образом, мы можем добавить к нашему утверждению в начале этой главы, что *континуум отделения, который является жизненным странствием человека, требует развития от инцеста к способности «любить вовне»*.

Битва против собственной зависимости

Очевидно, что мораль драмы Ореста не в том, что каждый получает оружие и убивает свою мать. То, что должно быть уничтожено, как мы уже показали, — это инфантильные узы зависимости, которые связывают человека с родителями и тем самым удерживают его от внешней любви и независимого творчества.

Это не простая работа, которая начинается со спонтанного решения и выражается в одном большом рывке к свободе, результат не достигается лишь мощным «взрывом», направленным против собственных родителей. Драма Ореста, как и все драмы, спрессовывает всю «борьбу за то, чтобы быть» в промежуток в несколько недель. В реальной жизни речь идет о долгом, требующем усилий росте до новых уровней интеграции — и рост означает не автоматический процесс, а перевоспитание, поиск новых идей, принятие осознанных решений и желание часто или постоянно сталкиваться с горькими последствиями борьбы. Зачастую человеку на сеансах психотерапии приходится месяцами прорабатывать свои шаблоны поведения, чтобы понять, насколько он был скован, не замечая этого, и вновь и вновь убеждаться, что эта

скованность лежит в основе его неспособности любить, работать или вступить в брак. Затем он обнаруживает, что борьба за самость часто приносит с собой значительную тревогу, а иногда и настоящий ужас. Неудивительно, что те, кто борется за разрыв таких уз, переживают чудовищные эмоциональные расстройства и конфликты, сравнимые с временным безумием Ореста. По сути, конфликт заключается в переходе из защищенного, знакомого места в новую независимость, а из поддержки — во временную изоляцию, и человек испытывает тревогу и бессилие. Борьба принимает тяжелую (то есть невротическую) форму, если человек был не способен расти на предыдущих этапах своего развития; таким образом, невротические конфликты укреплялись, и тогда возможный перелом является более травматичным и радикальным. Конфликт между Орестом и его матерью должен был произойти именно таким травмирующим образом из-за предшествующей ненависти, кровосмешения и болезненных межличностных отношений в Микенах.

Что держит человека привязанным к родителю? Эсхил, типичный человек античности, изображает источник проблемы как *объективный*: в течение нескольких поколений в царской семье Микен совершались определенные злодеяния, и поэтому Орест ничего не мог сделать, кроме как убить свою мать. Шекспир, типичный человек Нового времени, представляет похожую «борьбу за то, чтобы быть» Гамлета как внутренний, субъективный конфликт с собственной совестью, чувством вины, амбивалентным мужеством и нерешительностью. Парадокс в том, что и Эсхил, и Шекспир правы: такая борьба является и внутренней, и внешней. Авторитарные оковы, которые человек может почувствовать раньше всего в жизни, являются внешними: растущий младенец, будь то ребенок авторитарных родителей или, скажем, еврей, родившийся в стране с антисемитскими предрассудками, является жертвой внешних обстоятельств. Ребенок должен встретиться лицом к лицу с миром, в котором он родился, и приспособиться к нему. Но постепенно в индивидуальном развитии проблема авторитарности *интернализуется*: растущая личность усваивает правила и принимает их; и она склонна действовать всю жизнь так, как будто все еще борется с изначальными силами, способными поработить ее. Но теперь это стало внутренним конфликтом. К счастью, в этом есть мораль: так как человек укротил подавляющие силы и сдерживает их в себе, он также обладает и силой преодолеть их.

Таким образом, для взрослых, которые переоткрывают себя, битва является внутренней. *Борьба за то, чтобы стать человеком, происходит внутри самого человека.* Конечно, никто из нас не может избежать противостояния авторитарным личностям или внешним силам в окружающей среде, но критически важная психологическая битва, которую мы должны вести, заключается в том, чтобы противостоять нашим собственным зависимостям, нашим чувствам тревоги и вины, которые возникают, когда мы движемся к свободе. Основной конфликт происходит между той частью человека, которая стремится к росту, расширению и здоровью, и той частью, которая стремится остаться на незрелом уровне, все еще привязанной к психологической пуповине и получающей псевдозащиту и потакание родителей ценой независимости.

Стадии осознания себя

Мы видели, что стать личностью означает пройти через несколько стадий осознания себя. Первая — это *стадия невинности* младенца до того, как осознание себя в принципе возникнет. Вторая — это *стадия восстания*, когда личность пытается стать свободной, чтобы дать начало какой-то собственной внутренней силе. Эта стадия наиболее отчетливо видна у ребенка двух-трех лет или у подростка и может включать неповиновение и враждебность, как это показано в экстремальной форме в борьбе Ореста за свою свободу. В большей или меньшей степени стадия восстания является необходимым переходом, когда кто-то разрывает старые связи и стремится создать новые. Но восстание не следует путать со свободой как таковой.

Третью стадию мы можем назвать *стадией обычного осознания себя*. На этом этапе человек может в какой-то степени увидеть свои ошибки, несколько скорректировать свои предубеждения, использовать чувства вины и тревоги в качестве опыта, чтобы учиться, и принимать свои решения с некоторой долей ответственности. Это то, что большинство людей имеют в виду, когда говорят о здоровом состоянии личности.

Но существует и четвертая стадия осознания себя, которая необычна потому, что большинство людей переживают ее очень редко. Эта стадия

наиболее ярко проявляется, когда кто-то вдруг схватывает проблему целиком — внезапно, казалось бы, из ниоткуда, появляется ответ, над которым он тщетно бился сутки напролет. Иногда такое понимание приходит во сне или в грезах, когда мысли совсем о другом; в любом случае, мы знаем, что ответ приходит из так называемых подсознательных уровней личности. Такое озарение может возникать и в научной, и в религиозной, и в художественной деятельности; иногда говорят, что нас «осенила» идея или что нас что-то «вдохновило». Как это точно знают все, кто обучается творческой специальности, этот уровень осознания присутствует в любой творческой работе.

Как должен называться этот уровень? «Объективное самосознание» — как его бы назвали в восточной традиции из-за просветлений, которые приближают его к осознанию объективной истины? Или «сознание самопреодоления», как его мог бы назвать Ницше? Или «самотрансцендирующее сознание» в этико-религиозной традиции? Все эти термины одновременно искажают и уточняют. Я предлагаю термин, который является менее патетичным, но, возможно, более удовлетворительным для нашего времени — *стадия творческого осознания себя*.

Классический психологический термин для этого типа осознания — *экстаз*. Слово буквально означает «стоять за пределами самого себя», то есть видеть или испытывать что-то, выходя за пределы привычной ограниченной перспективы. Обычно то, что человек видит в *объективном* окружающем мире, более или менее искажено и замутнено тем фактом, что он видит это *субъективно*. Будучи человеческими существами, мы всегда рассматриваем то, что видим, со своей личной позиции и интерпретируем через призму своего личного опыта; мы всегда захвачены этой дихотомией между субъективностью и объективностью. Четвертый уровень осознания лежит за пределами разрыва между объективностью и субъективностью. Временно мы можем превзойти обычные ограничения сознательной личности. Посредством так называемой проницательности, или интуиции, или других лишь смутно понимаемых процессов, вовлеченных в творчество, мы можем получить представление об объективной истине, существующей в реальности, или ощутить некую новую этическую возможность, скажем, в опыте бескорыстной любви.

Это то, что Орест пережил в своих мыслях, бродя по лесу после совершения преступления:

...они не придумали слов для этого, чтобы идти за вещами, вне часов и веков,

И быть всем во все времена...

...как я могу выразить превосходство, которое я обнаружил, у которого нет цвета, кроме ясности;

Никакой сладости, но только экстаз...

...нет желаний, но есть наполненность, нет чувств, но есть покой... [1]

Чтобы за поэтическими образами Джефферса от читателей не ускользнул главный смысл, давайте подчеркнем: то, что обозначает здесь Орест, может быть довольно хорошо описано психологическим языком. Это просто следующая стадия развития после того, как он смог преодолеть склонность жителей Микен видеть только самих себя в глазах других людей, «всех повернутых внутрь», всех занятых проекциями своих собственных предрассудков, которые они в их самомнении называют «истиной». Быть скорее «повернутым вовне» означает здесь прорваться в воображении за пределы того, что человек знает в данный момент. Тот факт, что человек, реализуя себя, проходит процесс «выхода за пределы» себя, — это вовсе не антинаучная сентиментальность, как отметил бы Ницше и почти любой другой пишущий об этике. Это просто одна из основных характеристик растущего, здорового человека — что он время от времени расширяет осознание себя и своего мира. «Жизнь занята и тем, что увековечивает, и тем, что преодолевает себя, — подчеркивает Симона де Бовуар в своей книге, посвященной этике. — Если все, что она делает, это просто поддерживает себя, тогда жизнь есть только не-умирание, а человеческое существование неотличимо от растительного».

Эта *стадия творческого самосознания* является этапом, которого большинство из нас достигает только в редкие моменты; и никто из нас, кроме святых, религиозных или мирских, а также великих творцов, не прожил большую часть жизни на этом уровне. Но это уровень,

---

[1] *Робинсон Джефферс*. Там же. (*Примеч. авт.*)

который придает смысл и нашим действиям, и опыту более низкого уровня. Многие люди, возможно, испытывали это озарение в какой-то особый момент, скажем, при прослушивании музыки или переживании любви или дружбы, и оно временно выводило их из привычного круга их жизни. Как будто на мгновение человек оказывается на вершине горы и смотрит на свою жизнь с этой широкой и неограниченной перспективы. Он понимает, куда двигаться, взглянув с вершины и сделав набросок ментальной карты, которая ведет его в течение нескольких следующих недель, когда нужно подниматься и спускаться по холмам поменьше, когда путь уныл, а «вдохновение» заметно только по его отсутствию. Ибо тот факт, что в какой-то момент мы смогли увидеть истину без тени наших собственных предрассудков, любить других людей бескорыстно и творить в экстазе, когда мы полностью поглощены тем, что мы делаем, — факт, что нас посещали эти озарения, придает смысл и направление всем нашим последующим действиям.

Этот четвертый уровень — то, что подразумевается в историях (например, библейских) о том, как кто-то жертвует своей жизнью ради ценностей, в которые он верит. Таким образом, правда, что на этом уровне осознания существует своего рода самозабвение. Но слово «самозабвение» — плохой термин; это осознание является наиболее совершенным состоянием человеческого существования.

Невозможно *требовать* осознания, которое мы описываем, и, как мы уже говорили, оно часто происходит в моменты особо чуткого восприятия или расслабления, а не действия. Тем не менее исследования с участием творческих людей подтверждают, что они достигают озарения по конкретным проблемам, над которыми они настойчиво и упорно бились, даже если само озарение приходит в момент отдыха. Человек не может управлять своими снами, но может, например, получить из них новый опыт, если сможет научиться быть бдительным и чутко прислушиваться к снам. Ницше описал человека, обладающего творческим самосознанием, когда сказал о Гёте: «Он упражнялся в целостности, он *создал* себя... Такой дух, который *стал свободным*, стоит среди космоса с радостным и доверчивым фатализмом, в этой *вере*, что... в целостном все искуплено и подтверждено — *он более не отрицает ничего*».

ЧАСТЬ 3

Цели интеграции

ГЛАВА 5

Свобода и внутренняя сила

Что случилось бы с человеком, если бы его свободу полностью и буквально отняли? Мы подойдем к этому вопросу, сочинив притчу. Эту притчу можно было бы назвать...

Человек, посаженный в клетку

Однажды вечером король далекой страны стоял у окна, прислушиваясь к музыке, доносящейся по коридору из комнаты в другом крыле дворца. Король, уставший от дипломатического приема, на котором он только что присутствовал, выглянул в окно, размышляя о мире в целом и ни о чем конкретном. Его взгляд упал на человека на площади внизу — по-видимому, самого обычного человека, идущего к остановке, чтобы сесть на трамвай до дома, — человека, совершающего один и тот же путь пять дней в неделю в течение многих лет. Король мысленно последовал за ним, представляя, как он возвращается домой, небрежно целует жену, ест ужин, интересуется, как дела у детей, читает газету, ложится в постель, возможно, занимается любовью с женой, а возможно нет, засыпает, встает и вновь уходит на работу следующим утром.

И вдруг короля охватило внезапное любопытство, на миг прогнавшее его усталость: «Интересно, что произойдет, если держать человека в клетке, как животное в зоопарке?»

На следующий день король вызвал психолога, рассказал ему о своей идее и пригласил его наблюдать за экспериментом. Затем король потребовал клетку из зоопарка, а того самого обычного человека привели и поместили в нее.

Сначала этот человек был просто сбит с толку, он продолжал говорить психологу, стоявшему у клетки: «Я должен сесть на трамвай, я должен идти на работу, посмотрите, который час, я опоздаю на работу!» Но позже, во второй половине дня, мужчина начал трезво осознавать, что случилось, а затем яростно воскликнул: «Король не может сделать этого со мной! Это несправедливо и противоречит законам». Его голос был громким, а глаза полны гнева.

До конца недели этот человек продолжал свои яростные протесты. Когда король проходил мимо клетки, а он делал это каждый день, мужчина протестовал прямо перед монархом. Но король отвечал: «Послушай, у тебя много еды, у тебя хорошая кровать и тебе не нужно работать. Мы заботимся о тебе — так почему же ты недоволен?» Через несколько дней протесты ослабли, а затем и вовсе прекратились. Человек молчал в своей клетке, отказываясь говорить, но психолог мог видеть, как в его глазах, словно глубокий огонь, пылает ненависть.

Через несколько недель психолог заметил, что мужчина будто на мгновение замирает после ежедневного напоминания короля о том, что о нем хорошо заботятся, — на секунду ненависть исчезала из его глаз, как будто он спрашивал себя, было ли то, что сказал король, правдой.

Спустя еще несколько недель мужчина начал обсуждать с психологом, что в целом хорошо, что ему дают пищу и кров, и что в любом случае у каждого человека своя судьба и мудро было бы принять ее. Поэтому, когда однажды группа профессоров и аспирантов пришла, чтобы понаблюдать за человеком в клетке, он был с ними дружелюбен и объяснил, что выбрал такой образ жизни, и что он невероятно ценит безопасность и заботу, и что они, конечно, понимают, насколько разумным был его выбор. «Как странно! — подумал психолог. — И как трогательно. Но почему же он так настойчиво пытается убедить их в том, что это хороший образ жизни?»

В один из следующих дней, когда король шел по внутреннему двору, этот человек пал перед ним ниц в клетке и поблагодарил его за еду и кров. Но когда короля не было во дворе и человек не знал, что психолог находится рядом, он выглядел совсем иначе: замкнутым и угрюмым.

Когда смотритель вручал ему через решетку еду, мужчина часто ронял тарелку или проливал воду, а затем смущался своей глупости и неуклюжести. Его речь становилась все более односложной, и от философских теорий о ценности заботы она обеднела до простых предложений вроде «Это судьба», которые он повторял снова и снова или просто бормотал под нос: «Вот так».

Трудно сказать, когда наступил последний этап. Но психолог заметил, что лицо мужчины, казалось, теперь не имеет особого выражения: его улыбка уже не была раболепной, а была просто пустой и бессмысленной, как гримаса на лице ребенка, когда его мучают газы в животе. Мужчина ел пищу и время от времени обменивался репликами с психологом; его взгляд был отсутствующим и рассеянным, и хотя он смотрел на психолога, казалось, что он в действительности его не *видел*.

И теперь человек в своих бессвязных разговорах больше не использовал слово «я». Он принял свое заточение. У него не было ни гнева, ни ненависти, ни рационализаций. Теперь он был безумен.

Той ночью психолог сидел в своей гостиной, пытаясь написать заключительный отчет. Но ему было очень трудно подобрать слова, потому что он чувствовал в себе величайшую пустоту. Он пытался успокоить себя мыслью: «Говорят, что ничто никогда не исчезает, что материя просто превращается в энергию и обратно». Но он не мог не чувствовать, что что-то *было* потеряно, что что-то было изъято из Вселенной в этом эксперименте, и на этом месте осталась только пустота.

Ненависть и обида как цена отказа от свободы

Одним из ключевых моментов притчи, на который следует обратить особое внимание, является ненависть, вспыхнувшая в человеке, когда он понял, что находится в плену. Тот факт, что такая ненависть возникает, когда люди вынуждены отказываться от своей свободы, доказывает, насколько важна для них эта ценность. Часто в реальной жизни, когда человеку приходится отказываться от большей части своей свободы, обычно в детстве, когда он не может ничего поделать, кроме как от-

казаться от некоторых своих прав, тогда может показаться на первый взгляд, что нужно принять ситуацию и «приспособиться». Но нам не требуется глубоко вникать в проблему, чтобы обнаружить, что в этот момент, чтобы заполнить вакуум, появляется нечто другое, а именно ненависть и негодование по отношению к тем, кто заставил человека отказаться от своей свободы. И обычно эта тлеющая ненависть прямо пропорциональна степени, в которой право человека на существование как личность было отнято у него. Ненависть подавляется: раб не имеет права выражать ненавистнические мысли по отношению к хозяевам; но, тем не менее, она присутствует и может обернуться, в случае с детьми, такими симптомами, как школьные прогулы, физические недомогания или недержание мочи после младенческого возраста. В действительности человек не может отказаться от своей свободы, если не будет восстановлено внутреннее равновесие — при помощи чего-то, что рождается из внутренней свободы, когда внешняя свобода отрицается; и это что-то ненавидит своего угнетателя.

Ненависть и обида часто являются единственным способом удержать человека от психологического или духовного самоубийства. Они имеют функцию сохранения некоторого достоинства, некоторого чувства собственной идентичности, как если бы человек или люди, в случае целых наций, молча говорили своим завоевателям: «Вы победили меня, но я оставляю за собой право ненавидеть вас». В случаях сильного невроза или психоза подчас совершенно ясно, что человек, прижатый к стенке несчастным стечением обстоятельств, сделал свою ненависть внутренней цитаделью, последним островком достоинства и гордости. Как в случае с афроамериканцами в романе Фолкнера «Осквернитель праха»: такое презрение к завоевателям сохраняет за личностью право на индивидуальность, даже несмотря на то что внешние условия лишают ее основных прав человека.

Также и в терапии: если человек, резко ограниченный в своих человеческих правах, не смог через некоторое время почувствовать или обнаружить ненависть и обиду, то прогноз для него будет менее благоприятным. Как способность маленького ребенка противостоять своим родителям была необходима для его становления свободной личностью, так и способность пострадавшего человека ненавидеть или чувствовать

гнев в конечном счете является признаком его внутренних возможностей противостоять своим угнетателям.

Еще одно доказательство того, что люди, лишенные свободы, должны ненавидеть, проявляется в том, что тоталитарные правительства обычно предоставляют своему народу какой-то объект для ненависти, вызванной тем, что это же правительство лишило его свободы. Евреи стали козлами отпущения в гитлеровской Германии вместе с «вражескими народами», а далее сталинизм вынужден обратить ненависть, существующую среди русского народа, против «воинствующих» западных стран. Как это очень ярко показано в романе «1984», если правительство намеревается отобрать у людей свободу, оно должно отделить их ненависть и направить ее на внешние группы — в противном случае люди восстают, или впадают в коллективный психоз, или становятся психологически «мертвы» и инертны и не годятся ни для того, чтобы быть людьми, ни для того, чтобы быть боевой силой. Это один из самых порочных аспектов маккартизма[1]: он извлекает выгоду из бессильной ненависти, которую многие люди в этой стране испытывают к тем, кто втягивает нас в конфликт в Корее, а именно к русским коммунистам, и обращает эту ненависть населения на своих же собратьев.

Мы, конечно, не имеем в виду, что ненависть или обида сами по себе являются хорошими вещами или что признак здорового человека — это то, насколько хорошо он ненавидит. Мы также не имеем в виду, что цель развития заключается в том, чтобы каждый ненавидел своих родителей или власть имущих. Ненависть и обида — это деструктивные эмоции, и признак зрелости состоит в том, чтобы превратить их в конструктивные эмоции, что мы и увидим далее. Но тот факт, что человек уничтожит что-то — обычно в конечном счете самого себя, — но не отдаст свою свободу, доказывает, насколько важна для него свобода.

В произведениях Кафки, как и в другой современной литературе, мы можем наблюдать удручающую картину современного человека, кото-

[1] Маккарти Джозеф Рэймонд (1908–1957) — американский сенатор-республиканец, придерживавшийся крайне правых реакционных политических взглядов, с чьим именем связывают период политических гонений, известный как маккартизм. (*Примеч. пер.*)

рый потерял способность противостоять своим обвинителям. Главный герой «Процесса» К. был арестован, но ему так и не сообщили, в чем он виноват. Он идет от судьи к судье, к адвокату и снова к судьям, мягко жалуясь и прося, чтобы кто-то объяснил ему, в чем он обвиняется, но он ни единожды не отстаивает свои права, никогда не проводит черту, говоря: «Дальше этого я не отступлю, убьют они меня или нет». Священник кричит на него в церкви: «Разве ты ничего не понимаешь?» — и это крик, который, конечно, не приличествует человеку среднего класса или представителю церкви, хорошо демонстрирует ценность заботы одного человека о другом. Его смысл: «Неужели в тебе не осталось искры Божией? Неужели ты никогда не сможешь встать и заявить о себе?» Когда два палача приходят за К. в конце романа, они предлагают ему нож, чтобы тот совершил самоубийство. Главным доказательством трагедии утраты человеком его последнего достоинства становится то, что он не смог даже покончить с собой.

В наши дни в приличных кругах никто не должен позволять себе открыто ненавидеть, так же как сорок лет назад не признавались сексуальные желания, а двадцать лет назад гнев и агрессия считались неприемлемыми в хорошем обществе. Эти негативные эмоции, пока их можно игнорировать как случайные проступки, не соответствуют идеальной картине мягкого, сдержанного, всегда уравновешенного, хорошо адаптированного буржуа.

Как следствие, ненависть и обида преимущественно подавляются. Существует известная психологическая тенденция: когда мы подавляем одно отношение или эмоцию, мы часто уравновешиваем его другим отношением или действием, являющимся прямо противоположным. Например, вы можете вести себя подчеркнуто вежливо по отношению к человеку, который вам не нравится. Если вы не слишком тревожный человек, то можете процитировать себе в этой ситуации формальной вежливости слова апостола Павла: «Я хорошо обращаюсь с врагом моим, ибо, делая сие, я “соберу на его голову горящие уголья”». Но если вы менее уверенный в себе человек, которому приходилось сталкиваться в своем развитии с более сложными проблемами, вы можете попытаться убедить себя, что вы «любите» именно того человека, которого ненавидите. Нет ничего необычного в том, что человек, чрезмерно

зависимый от доминирующей матери, отца или другого авторитета, будет вести себя по отношению к ним, как если бы он «любил» их, чтобы скрыть свою ненависть. Как боксер в клинче, он цепляется за самого врага. В реальной жизни человек не избавляется от ненависти и обиды таким образом; как правило, он смещает эмоции на других людей или обращает их внутрь на ненависть к самому себе.

Поэтому крайне важно, чтобы мы могли открыто противостоять нашей ненависти. И еще важнее, чтобы мы взглянули в лицо нашей обиде, поскольку именно эту форму обычно принимает ненависть в культурной и цивилизованной среде. Большинство людей в нашем обществе, глядя внутрь себя, могут не осознавать какую-либо конкретную ненависть, но они, несомненно, найдут много обиды. Возможно, причина того, что обида является такой распространенной, хронической и токсичной эмоцией на протяжении четырех столетий индивидуальной конкуренции, заключается именно в том, что ненависть так глобально подавлена.

Кроме того, если мы не будем открыто противостоять нашей ненависти и обиде, они рано или поздно превратятся в один единый аффект, который никогда никому не приносил пользы, и этот аффект — жалость к себе. Жалость к себе — это «консервированная» форма ненависти и обиды. Ненависть можно «пестовать» в себе и сохранять психологическое равновесие, испытывая жалость к себе, успокаивая себя мыслью о том, что моя доля тяжела и я столько выстрадал, — и тем воздерживаться от каких-либо действий в ее отношении.

Фридрих Ницше очень горько и глубоко прочувствовал современную проблему обиды. Он находился в эпицентре психологических конфликтов современного человека, потому что он, как и многие другие тонко чувствующие люди Нового времени, восстал против ограничения свободы, но оказался не способен полностью выйти за пределы стадии восстания. Сын лютеранского пастора, который умер, когда Фридрих был еще ребенком, он воспитывался родственниками в удушливой атмосфере. Ницше сформировался в тесных рамках своего немецкого окружения, но в то же время он всегда боролся с ним. Очень религиозный человек — по духу, но не по догме, — он понимал огромную роль, которую обида играет в общепринятой морали его общества. Он

чувствовал, что средний класс был охвачен подавленной обидой и что это косвенно проявилось в форме «морального». Он провозгласил, что «...обида лежит в основе нашей морали» и что «христианская любовь — это мимикрия бессильной ненависти»[1]. В наши дни каждый, кто желает ознакомиться с иллюстрацией так называемой морали, мотивированной обидой, может послушать сплетни в любом маленьком городке.

Даже те, кто думают, что взгляд Ницше является односторонним, как это и есть на самом деле, согласятся с тем, что никто не может достичь настоящей любви, нравственности или свободы, пока не столкнулся лицом к лицу со своей обидой и не преодолел ее. Ненависть и обида должны привлекаться в качестве мотива для восстановления подлинной свободы: никто не превратит эти разрушительные эмоции в конструктивные, пока не встанет на путь освобождения. И первый шаг — узнать, *кого* или *что* ты ненавидишь. Возьмем, к примеру, людей, находящихся под гнетом диктатуры, и первый шаг в их восстании, направленном на восстановление свободы, — это обращение их ненависти против самих диктаторских сил.

Ненависть и обида временно сохраняют внутреннюю свободу человека, но рано или поздно он должен использовать эту ненависть для развития своей свободы и достоинства в реальности, иначе его ненависть уничтожит его самого. Цель, как выразился один человек в стихотворении, — «ненавидеть, чтобы добиваться нового».

Чем свобода не является

Мы сможем гораздо лучше понять, что такое свобода, если вначале рассмотрим, чем она не является. Свобода — это не восстание. Восстание — это нормальное *промежуточное* движение к свободе; оно в некоторой степени происходит, когда маленький ребенок пытается тренировать свои мускулы независимости, проявляя способность сказать «нет»; оно становится более явным, когда подросток пытается стать независимым от родителей. В подростковом возрасте (как, возможно,

---

[1] *Кауфман У*. Ницше. Princeton University Press, 1950. С. 91. (*Примеч. авт.*)

и на других этапах) сила бунтарства против того, за что выступают родители, часто чрезмерна, потому что молодой человек борется со своей собственной тревогой, выходя в мир. Когда родители говорят «не надо», он зачастую должен отвечать им неповиновением, потому что «не надо» — это именно то, что, по его мнению, говорит трусливая сторона его самого, та сторона, которая испытывает желание укрыться за стенами родительской крепости.

Но восстание часто путают с самой свободой. Оно становится коварной бухтой во время шторма, потому что дает мятежнику иллюзорное ощущение того, что он действительно независим. Бунтарь забывает, что восстание всегда предполагает внешнюю структуру — правил, законов, ожиданий, — против которой и восстает человек; и его безопасность, чувство свободы и силы фактически зависят от этой внешней структуры. Эти чувства «заимствованы» и могут быть затребованы назад, как банковский кредит. С точки зрения психологии многие люди останавливаются на этой стадии восстания. Их чувство внутренней моральной силы происходит только от знания того, каким моральным соглашениям они не соответствуют; они получают косвенное чувство уверенности, провозглашая свой атеизм и неверие.

Большая часть новой психологии 1920-х годов была следствием бунтарства. Это проиллюстрировано в романах Ф. Скотта Фицджеральда, Д. Х. Лоуренса и в некоторой степени Синклера Льюиса. Интересно теперь, читая книгу Ф. Скотта Фицджеральда «По эту сторону рая» или другие его романы, которые были библией эмансипированных молодых людей того времени, замечать, какой фурор вызывал поцелуй с девушкой или другие действия, которые сейчас производят впечатление не более чем простого грешка. Д. Х. Лоуренс продолжил эту большую освободительную кампанию в своем романе «Любовник леди Чаттерлей», провозглашая тезис о том, что леди Чаттерлей, чей муж был парализован, имеет право на любовника, который оказался садовым работником. Романист, пишущий такой роман сегодня, вряд ли будет изобретать сюжет с парализованным мужем, чтобы поговорить о сексуальной свободе.

Не то чтобы эти идеи были недостойны серьезного обсуждения — идеи «свободной любви», «свободного самовыражения» в воспитании детей,

и т. д. Но дело в том, что они были определены отрицательно, в основном отталкиваясь от противного. Мы были против внешних принуждений в вопросах любви, против жесткого ограничения свободного развития детей. И акцент, если мы возьмем последний пример, был на том, что родитель *не* должен делать: он не должен вмешиваться, и в крайних формах этой доктрины ребенку должно быть позволено все, что он пожелает. Нет доказательств, что такая бесструктурная жизнь существенно увеличивает тревожность детей. Но нет и аргументов в пользу того, что родитель должен нести всю ответственность за действия ребенка. Позитивная же свобода состоит в том, что родитель делает это в контексте подлинного уважения к ребенку как к личности, фактической и потенциальной, и что он дает реальную возможность для развития потенциала ребенка и не требует, чтобы ребенок фальсифицировал свои желания и эмоции.

Те из нас, кто учился в колледже в конце 1920-х годов, могут вспомнить, какой прилив сил мы испытывали от общественных кампаний в защиту прав, от того, что мы твердо знали, против чего мы восстаем, будь то война, или сексуальные табу, или брачные договоры, или спиртное, или запреты, или что-то еще. Но теперь бунтарю такого же толка будет трудно заполучить себе аудиторию. Г. Л. Менкен[1], великий иконоборец, был первосвященником тех лет, и казалось, что все в университетском кампусе читают его. Кто его читает сейчас? Сегодня этот вид восстания довольно скучен. Потому что когда не существует установленных стандартов, против которых восстают, никто не получает прилива сил, восставая. Дело не в том, что банк отозвал кредит; банк просто рухнул, и ни один кредит больше ничего не стоит. К середине нашего столетия процесс разрушения, начатый еще в XIX веке, — разрушения, являющегося одной из сторон изменения стандартов, — сделал свое дело, и мы пожинаем пустоту и недоумение. «Все грустные молодые люди», о которых писал ранний Ф. Скотт Фицджеральд, пережили чувство

[1] Менкен Генри Луис (1880–1956) — американский журналист, писавший на литературные и общественно-политические темы. Отличался экстравагантными взглядами: называл вздором физику и математику, иронизировал над теорией относительности Эйнштейна, не признавал выборную демократию и был сторонником правления элиты. (*Примеч. ред.*)

могущества от поцелуя с девушкой; но с тех пор это стало «рутиной» и не приносит прилива сил, и теперь молодым людям приходится искать свой потенциал в самих себе, и во многих случаях он в дефиците.

Поскольку бунтарь получает направление и жизненную силу от нападок на существующие стандарты и нравы, ему не нужно разрабатывать собственные стандарты. Восстание выступает в качестве замены более сложного процесса борьбы за собственную автономию, за новые убеждения, за состояние, в котором можно заложить новые основы для строительства. Негативные формы свободы путают свободу с привилегией и упускают из виду тот факт, что свобода никогда не является противоположностью ответственности.

Другая распространенная ошибка — путать свободу с *невмешательством*. Некоторые авторы в наши дни утверждают, что если бы экономическая система laissez-faire[1] — «позволяйте каждому делать то, что он хочет» — была бы поставлена под сомнение в ходе истории, наша свобода исчезла бы. Аргумент этих авторов зачастую звучит так: «Свобода — как живое существо. Она неделима. И если право человека на владение средствами производства ограничить, то у него исчезнет свобода зарабатывать себе на жизнь по-своему. Тогда у него вообще не будет свободы».

Что ж, если бы эти авторы оказались правы, это действительно было бы прискорбно: кто же тогда мог бы быть свободным? Ни вы, ни я, ни кто-либо другой, за исключением очень небольшой группы людей, поскольку в нашу эпоху гигантской промышленности средствами производства в любом случае может владеть лишь мизерная часть граждан. Laissez-faire *была* отличной идеей, как мы видели, в прежние века; но времена меняются, и в наши дни почти каждый зарабатывает себе на жизнь благодаря принадлежности к большой группе, будь то промышленность, университет или профсоюз. Он гораздо более взаимозависим, этот «единый мир» нашего XX века, чем мир предпринимателей предыдущих веков или дней нашей юности; и свобода должна быть реализована в условиях

---

[1] Laissez-faire (с *фр.* «позвольте делать»), или принцип невмешательства, — экономическая доктрина, согласно которой государственное вмешательство в экономику должно быть минимальным. (*Примеч. пер.*)

индустриального общества и с учетом ценности труда, а не в том, чтобы каждый создавал свою собственную фабрику или университет.

К счастью, эта экономическая взаимозависимость не должна разрушать свободу, если мы придерживаемся нашей точки зрения. «Пони-экспресс»[1] была актуальна в те времена, когда отправка письма от побережья к побережью была большой трудностью. Но, безусловно, мы рады — как бы ни жаловались в наши дни на почтовую службу, — что теперь, когда мы пишем письмо своему другу на побережье, нам не нужно больше думать о способах его доставки; мы бросаем его в ящик с почтовым штемпелем «авиапочта» и забываем об этом. Мы свободны, то есть можем посвятить больше времени нашему посланию другу, нашему интеллектуальному и духовному обмену через письма, потому что в мире, который стал меньше благодаря специализированной коммуникации, мы не должны беспокоиться, как письмо попадет к адресату. Мы более свободны интеллектуально и духовно именно потому, что принимаем эту экономическую взаимозависимость с нашими собратьями.

Я часто задавался вопросом, почему возникает такая тревога и протест по поводу того, что свобода будет утрачена, если мы не сохраним прежние практики невмешательства. Не в том ли причина, что современный человек в такой степени передал свою *внутреннюю* психологическую и духовную свободу в руки повседневного, рутинного труда и массовых форм общественного порядка, что он чувствует, что единственный доставшийся ему остаток свободы — это возможность личного экономического процветания? Не пустил ли он свою свободу на экономическую конкуренцию с соседом, так утвердив свою индивидуальность и так ограничив сам смысл свободы? То есть если житель пригорода не будет покупать новую машину каждый год, строить дом побольше и красить его в цвет, немного отличающийся от цвета дома его соседа, то он почувствует, что его жизнь бесцельна и что он больше не существует

[1] «Пони-экспресс» (*англ.* Pony Express) — конная почтовая служба небольшой американской курьерской компании XIX века. Просуществовала около полутора лет (с апреля 1860 по октябрь 1861 года) и стала нарицательной из-за девиза «Почта должна быть доставлена любой ценой». Основной задачей службы была доставка почты от Атлантического океана (из Сент-Джозефа, Миссури) до Тихого океана (в Сакраменто) за 10 дней. (*Примеч. пер.*)

как личность? Мне кажется, что огромный вес, придаваемый конкурентной свободе и доктрине невмешательства, показывает, насколько мы утратили настоящее понимание свободы.

Безусловно, свобода *действительно* неделима; именно поэтому никто не может отождествить ее с конкретной экономической доктриной или *частью* жизни, в первую очередь с частью прошлого; это *действительно* живое существо, и его жизненность происходит именно от того, как человек относится к сообществу своих собратьев. Свобода означает *открытость*, готовность расти; она означает быть гибким, готовым к изменениям во имя высших человеческих ценностей. Отождествлять свободу с конкретной системой — значит отрицать свободу: система кристаллизует свободу и превращает ее в догму. Придерживаться традиции и возражать, что если мы потеряем что-то, что прошло проверку временем, то мы потеряем все, — значит не поддерживать дух свободы и не способствовать будущему приросту свободы. Мы сохраним веру в этих отважных пионеров индустрии западного мира, торговцев и капиталистов XVI–XIX веков, а также в свободных первооткрывателей нашей собственной страны, если мы будем подражать их мужеству, думать смело, как они, и планировать наиболее эффективные экономические меры для наших дней, как они делали это для своих.

Эта книга посвящена психологии, а не экономике или социологии; и мы затрагиваем общую картину только потому, что человек всегда живет в социальном мире, и этот мир обусловливает его психологическое здоровье. Мы просто предполагаем, что наш социальный и экономический идеал — быть *тем обществом, которое дает каждому человеку максимальную возможность реализовать себя, развить и использовать свои способности, трудиться как достойное человеческое существо, дающее и приобретающее от своих ближних*. Таким образом, хорошее общество — такое, которое дает своим людям величайшую свободу: свободу, определяемую не негативно и не оборонительно, а позитивно, как возможность реализовать все более великие человеческие ценности. Отсюда следует, что коллективизм, такой как при фашизме или коммунизме, является отрицанием этих ценностей, и ему необходимо противостоять любой ценой. Но мы успешно преодолеем его уже потому, что преданы позитивным идеалам, которые ценим больше и которые

важнее для построения общества, основанного на подлинном уважении к людям и их свободе.

Чем свобода является

Свобода — это способность человека принимать участие в своем собственном развитии. Это наша способность формировать себя. Свобода — это другая сторона самосознания: если бы мы не могли осознавать себя, нас, как пчел или мастодонтов, толкал бы вперед только инстинкт или автоматическое движение истории. Но благодаря нашей способности осознавать самих себя мы можем вспомнить, как действовали вчера или в прошлом месяце, и, извлекая уроки из этих действий, можем влиять, пусть не так сильно, на то, как мы действуем сегодня. И мы способны представить какую-то ситуацию завтрашнего дня — скажем, завтрашний ужин, или новую работу, или заседание совета директоров — и, прокручивая в голове разные варианты, выбрать тот, что лучше всего подойдет именно для нас.

Осознание себя дает нам возможность оказаться вне жесткой последовательности стимулов и реакций, сделать паузу, с помощью этой паузы оценить условия и принять решение о том, какой будет наша реакция.

В пользу того, что осознание себя и свобода связаны, свидетельствует тот факт, что чем меньше у человека самосознания, тем больше он несвободен. Иными словами, чем больше он подчиняется запретам, давлению, детским мотивам, которые он сознательно «забыл», но которые все еще руководят им бессознательно, тем больше его приводят в движение силы, которые он не контролирует. Например, когда люди впервые приходят за психотерапевтической помощью, они, как правило, жалуются на то, что находятся «под чьей-то властью»: у них возникает внезапная тревога или страх, или они не способны учиться или работать без какой-либо явной на то причины. Они несвободны, то есть связаны и движимы неосознанными мотивами.

После нескольких месяцев психотерапевтической работы могут появиться небольшие изменения. Человек начинает регулярно вспоминать

свои сны; или во время одного из сеансов он берет на себя инициативу, заявляя, что хочет сменить тему и разобраться с другой проблемой; или однажды он может заявить, что злился, когда терапевт говорил то-то и то-то; или он может заплакать, тогда как раньше был бесчувственным, или внезапно непосредственно и искренне рассмеяться, или может заявить, что ему не нравится Мэри, с которой он дружит в течение многих лет, но что он любит Кэролайн. И каким бы незначительным это ни казалось, его пробуждающееся самосознание идет рука об руку со все увеличивающейся способностью давать направление своей собственной жизни.

По мере того как человек все больше осознаёт себя, его выбор и свобода пропорционально увеличиваются. Свобода накапливается; один выбор, сделанный с той или иной долей свободы, увеличивает степень свободы при следующем выборе. Каждое упражнение в свободе расширяет сферу самости.

Мы не утверждаем, что есть такая жизнь, которая свободна от бесконечного количества влияний. Если бы вы стали доказывать, что мы ограничены нашими телами, экономической ситуацией, тем фактом, что мы родились в XX веке в Америке и т. д., то я бы с вами согласился и мог бы даже добавить к этому множество способов психологической детерминации, особенно таких, которые мы не осознаём. Но независимо от того, насколько человек убежден в своей детерминистской точке зрения, он все равно должен признать, что существует *поле, в котором живой человек может осознавать, что именно определяет его поведение*. И как минимум он способен дать себе отчет в том, как он будет реагировать на факторы, влияющие на него.

Таким образом, свобода проявляется в том, как мы относимся к детерминирующим реалиям жизни. Если вы намереваетесь написать сонет, вы сталкиваетесь со всевозможными непокорными вам законами рифмы и размерности, а также с необходимостью подбора слов; или если вы строите дом, вы сталкиваетесь со всеми факторами, определяющими свойства кирпича, строительного раствора и пиломатериалов. Важно, чтобы вы знали свой материал и принимали в расчет его ограничения. Но то, *что* вы говорите в сонете, как подчеркивал Альфред Адлер, уникально ваше. Способ и стиль, в котором вы строите свой дом,

являются проявлением вашей свободы, использующей возможности данных материалов.

Спор «свобода *против* детерминизма» основан на ложной предпосылке, столь же неверной, как и представление о свободе как об отдельной электрической кнопке под названием «свободная воля». Свобода проявляется в согласии жизни человека с ее реалиями — такими простыми, как потребность в отдыхе и еде, или такими всеобъемлющими, как смерть. Мейстер Экхарт выразил такой подход к свободе в одном из своих проницательных психологических советов: «Когда ваши планы не складываются, ваше собственное отношение — это то, с чем необходимо работать». Свобода вступает в силу, когда мы принимаем реальность не по слепой необходимости, а в соответствии со сделанным нами выбором. Тогда принятие ограничений не должно быть «поражением», но, наоборот, именно это может и должно быть конструктивным актом свободы; и вполне может быть, что такой выбор будет более плодотворен для человека, чем если бы ему не приходилось бороться с какими-либо ограничениями. Человек, который предан свободе, не тратит время на борьбу с реальностью; вместо этого, как заметил Кьеркегор, он «восхваляет реальность».

Давайте возьмем в качестве иллюстрации ситуацию, которую люди слабо контролируют. Например, когда они болеют туберкулезом. Практически в каждом своем действии они будут вынуждены сталкиваться с тем фактом, что находятся в условиях строгого больничного режима, должны отдыхать в определенное время, могут ходить только пятнадцать минут в день и т. д. Но в том, как люди относятся к реалиям болезни, проявляется все разнообразие человеческого поведения. Некоторые сдаются и буквально ожидают смерти. Другие делают то, что должны делать, но постоянно возмущаются тем фактом, что «природа» или «Бог» послали им такой недуг, и хотя они внешне подчиняются, но внутренне восстают против правил. Эти пациенты обычно не умирают, но и не выздоравливают. Как и бунтари в любой другой сфере жизни, они остаются на плато, топчутся на месте.

Однако есть пациенты, которые открыто признают тот факт, что очень серьезно больны; они позволяют этому трагическому факту проникать

в их сознание в долгие часы созерцания, когда лежат в кроватях на веранде госпиталя. Они стремятся понять, что было не так в их жизни, раз болезнь одолела их. Они используют жестокий детерминированный факт болезни как путь к новому знанию о себе. Это пациенты, которые могут придерживаться избранных методов лечения, демонстрируя самодисциплину, которая никогда не бывает лишь сводом правил и меняется день ото дня, — что поможет им победить болезнь. Это те, кто не только достигает физического выздоровления, но и в конечном счете крепнет духом в результате перенесенного заболевания. Они направляют свою свободу к пониманию и видоизменению детерминированных событий; они встречают строго детерминированный факт свободой. Сомнительно, возможно ли вообще стать здоровым, если перед этим не сделать осознанный выбор в пользу здоровья, и тот, кто делает это, становится более цельной личностью именно в силу наличия болезни.

Благодаря способности наблюдать за своей жизнью человек может преодолеть временные трудности, которые его ограничивают. Независимо от того, болеет ли он туберкулезом, или является рабом, подобно римскому философу Эпиктету, или осужденным на смерть заключенным, он все же может по своей воле выбирать, как он будет относиться к этим фактам. И то, как он относится к беспощадной реальности, такой как смерть, может быть для него важнее, чем сам факт смерти. Свобода впечатляюще иллюстрируется «героическими» поступками, такими как решение Сократа выпить болиголов, а не идти на компромисс; но еще важнее неброская, повседневная реализация свободы любым человеком, развивающимся в направлении к психологической и духовной интеграции в безумном обществе, подобном нашему. Таким образом, свобода — это не просто выбор «да» или «нет» в пользу конкретного решения; это возможность формировать и создавать себя. Свобода — это, как сказал Ницше, способность «стать тем, кем мы в действительности являемся».

Свобода и структура

Свобода никогда не возникает в вакууме; это не анархия. Ранее в этой книге мы рассматривали, как самосознание ребенка рождается в его отношениях с родителями. И мы подчеркнули, что психологическая

свобода человека развивается не так, как если бы он был Робинзоном Крузо на необитаемом острове, а в постоянном взаимодействии с другими значимыми для него людьми. Свобода не означает попыток жить в изоляции. Она означает, что когда человек способен смело взглянуть в глаза своему одиночеству, он может сознательно и ответственно строить отношения с миром, особенно с миром окружающих его людей.

Абсурд, который может возникать, когда эта структура недостаточно осознанна, описывается в некоторых работах лидера французского экзистенциализма Жана-Поля Сартра. Главный герой романа Сартра «Возраст зрелости», на первый взгляд свободный человек, на самом деле действует нерешительно и подчиняется ежеминутным потребностям; его действия мотивированы ночными сексуальными фантазиями, ожиданиями его любовницы и другими случайными внешними событиями. В результате при чтении книги создается впечатление вакуума и пустоты, и читатель может скучающе спрашивать себя: «Разве это кого-то волнует?» Возникающее в романе настроение как раз противоположно заботе о человеке и его свободе, которую так поддерживает Сартр в теории. В драме Сартра «Красные перчатки» герою-коммунисту не хватает решительности выполнить свою задачу и убить диктатора, но в конце концов он оказывается втянут в действие, когда обнаруживает свою жену в объятиях другого человека. Рецензенты описали героя пьесы (я полагаю, весьма несправедливо) как взрослого бойскаута с сильным чувством сексуальной ревности.

Суть экзистенциализма (как сартрианцев, так и других его представителей) заключается в вере в способность человека заботиться о своей свободе и внутренней целостности до такой степени, чтобы при необходимости умереть или покончить с собой во имя этого. Сартрианский экзистенциализм зародился в движении Сопротивления во время последней войны во Франции, в которой Сартр и другие отважно сражались; и казалось бы, что это философское течение должно было черпать жизнестойкость и мощь в борьбе за свободу Франции. Но как сообщают нам путешественники из Франции, экзистенциализм постепенно превращается лишь в изощренное интеллектуальное развлечение для молодых парижских дилетантов.

Мы согласны с фундаментальным сартрианским выводом о том, что индивид не избежит необходимости принимать решения и что его существование как личности зависит от этих решений; и чтобы сделать выбор в пользу одиночества и свободы, человеку потребуется, буквально и фигурально, агония тревоги и внутренней борьбы. Но тот факт, что люди *могут* выбирать свободу и что они иногда умирают за эту свободу (обе вещи очень странные и полностью противоречат простой идее самосохранения), раскрывает глубочайшее знание о человеческой природе и человеческом существовании. Никто не станет отдавать жизнь за противоположную точку зрения или за некий негатив. Человек может погибнуть за безнадежное дело, но он умирает за значимые позитивные ценности, такие как собственное достоинство или целостность. Ущербность сартрианской позиции проистекает из неспособности проанализировать те самые предпосылки к свободе, которую он так почитает. Интересно, что случится с экзистенциализмом Сартра, когда он отделится от французского движения Сопротивления. Некоторые проницательные критики утверждают, что это движение может стать авторитарным: Тиллих полагает, что оно может войти в католицизм, а Марсель[1] предсказывает, что оно будет марксистским.

Мы не ставим целью подробно рассказать о том, какой должна быть структура отношений с миром. Есть много разных подходов. Греки называли ее «логосом» (отсюда термин «логический»). У стоиков было понятие «естественного закона», «формы» жизни, в соответствии с которой необходимо жить, чтобы быть счастливым. В XVII и XVIII веках существовала вера в «универсальный разум». Мы только хотим подчеркнуть, что мыслящие люди на протяжении веков пытались по-разному описать эту структуру и что каждый человек сознательно или бессознательно использует такую структуру — ту, внутри которой он действует. Большинство людей склонны принимать определенные правила, что проистекает из их неосознанного согласия с ожиданиями общества. То, что мы описали как «конформизм» и «авторитаризм», служит бессознательной структурой для многих людей в наши дни. И в любом случае лучше четко определиться и спросить себя, какую структуру ты принимаешь.

---

[1] Марсель Габриэль Оноре (1889–1973) — французский философ-экзистенциалист, театральный и музыкальный критик, драматург. (*Примеч. ред.*)

Конечно, разработка адекватного представления о структуре является проблемой философии, религии и этики, уже затем работающих с социальными науками, включая психологию. В этой книге мы имеем дело главным образом с психологией и уже привели некоторые аргументы в пользу нашего психологического понимания потребностей и отношений человека применительно к вопросу о структуре. В последующих главах мы более подробно рассмотрим вопрос о том, какая именно структура — в этике, философии и религии — обеспечивает наиболее полную реализацию возможностей отдельной личности.

«Выбирая самого себя»

Свобода не приходит автоматически, она достигается. Ее нельзя получить за один раз, она должна добываться каждый день. Как Гёте убедительно описывает окончательный урок, усвоенный Фаустом:

> Вот мысль, которой весь я предан,
> Итог всего, что ум скопил.
> Лишь тот, кем бой за жизнь изведан,
> Жизнь и свободу заслужил[1].

Главным шагом в достижении внутренней свободы является «выбор себя». Эта странно звучащая фраза Кьеркегора призвана подтвердить необходимость ответственности человека за себя и свое бытие. Это отношение, противоположное слепому импульсу или рутинному существованию; это отношение жизненности и решительности; оно означает, что человек признает, что он существует в своем конкретном месте во Вселенной и берет на себя ответственность за свое бытие. Это то, что Ницше имел в виду под «волей к жизни», — не просто инстинкт самосохранения, но желание принять тот факт, что человек является самим собой, и взять ответственность за реализацию собственной судьбы — что, в свою очередь, подразумевает принятие того факта, что человек должен сам делать базовый выбор.

[1] *Гёте Иоганн.* Фауст / Пер. Б. Пастернака. М.: Государственное издательство художественной литературы, 1960. (*Примеч. пер.*)

Мы можем яснее увидеть, что означает выбор себя и своего существования, если рассмотреть противоположное и выбрать не существовать, то есть совершить самоубийство. Значение самоубийства не в том, что люди убивают себя в больших количествах. В действительности это очень редкое явление, в основном в рамках группы психотиков. Но психологически и духовно мысль о самоубийстве имеет гораздо более широкий смысл. Существует такая вещь, как психологическое самоубийство, при котором человек не лишает себя жизни тем или иным действием, но умирает, потому что решил — возможно, даже не осознавая этого — не жить. Нередко можно услышать о подобных инцидентах, и, например, один такой случай с потоплением рыбацкой лодки произошел совсем недавно. Двадцатилетний юноша вместе с пожилым рыбаком в течение часа цеплялся за плавающие в бурных водах доски и твердил о том, что он слишком молод, чтобы умереть. Но в конце концов, со словами: «Я сдаюсь; прощай, папа», — он отпустил доску и утонул. Конечно, мы не знаем всех внутренних психологических факторов, которые приводят к тому, что человек, очевидно, еще обладая силами, сдается и умирает; но вполне можно предположить, что здесь действует какая-то внутренняя тенденция не выбирать жить.

Другой пример — жизнь людей, которые посвятили себя определенным задачам, таким как забота о больном или завершение важной работы. Они стойко борются с трудностями, как будто решили, что им «нужно» жить; а затем, когда задача выполнена, когда «успех» достигнут, они умирают, словно по какому-то внутреннему решению. За четырнадцать лет Кьеркегор написал двадцать книг, закончил их в весьма раннем возрасте сорока двух лет, а затем — мы почти говорим «в заключение» — лег в свою кровать и умер.

Эти формы выбора не жить демонстрируют, насколько важно выбирать жить. Вряд ли кто-то действительно начинал жить, то есть сознательно выбирать свое существование, пока не сталкивался лицом к лицу с тем ужасающим фактом, что он мог бы уничтожить себя, но *выбрал* не делать этого. Поскольку человек свободен умереть, он свободен и жить. Массовые формы автоматического поведения больше над ним не властны; он больше не существует как случайный результат того, что его родители как-то его задумали, его взросление и жизнь отныне не

бесконечно малый элемент в цепочке причинно-следственных связей, свадеб, зачатия новых детей, старений и умираний. Поскольку он мог бы выбрать умереть, но предпочел не делать этого, каждое последующее действие в какой-то степени стало возможным благодаря этому выбору. Каждое действие теперь обладает своим особым элементом свободы.

Люди часто переживают опыт психологического самоубийства в какой-либо области своей жизни. Вот две иллюстрации, которые, как мы надеемся, прояснят суть этого явления. Одна женщина полагает, что она не может жить без любви некоего определенного мужчины. Когда тот женится на другой, она начинает задумываться о самоубийстве. В течение следующих дней, когда она обдумывает эту идею, ей в голову приходит мысль: «Ну, предположим, что я это сделала». Затем она внезапно думает: «После того как я это сделала, все равно было бы неплохо продолжать жить — солнце по-прежнему светит, вода дарит приятную прохладу, на свете много интересных занятий...». И у нее вдруг появляется предположение, что существуют и другие люди, которых можно полюбить. Поэтому она решает жить. Если предположить, что решение принято по положительным причинам, а не просто из-за страха смерти или по инерции, то такой конфликт на самом деле мог бы дать ей новую свободу. Как будто та ее часть, которая цеплялась за мужчину, покончила жизнь самоубийством, и в результате она может начать жизнь заново. Вот что говорит по поводу этого нового жизнелюбия Эдна Сент-Винсент Миллей[1] в «Возрождении»:

Ах, с земли вскочил я
И окликнул землю таким криком,
Что не слышно никому, кроме человека,
Который был мертв и снова живет[2].

---

1 Миллей Эдна Сент-Винсент (1892–1950) — американская поэтесса и драматург, лауреат Пулитцеровской премии. Стихотворение «Возрождение» в 1912 г. заняло четвертое место на конкурсе «Стихотворение года в США», из-за чего разгорелся скандал, сделавший автора знаменитой. Общественность сочла, что стихотворение заслуживало первого места, обладатель второго места отказался от награды в пользу Миллей. (*Примеч. ред.*)

2 *Эдна Сент-Винсент Миллей*. Возрождение и другие стихи. Harper & Brothers, 1940. (*Примеч. авт.*)

Или взять юношу, который чувствует, что никогда не будет счастливым, если не прославится. Он понимает, что он компетентен и его ценят, скажем, как преподавателя; но чем выше он поднимается по карьерной лестнице, тем яснее видит, что над ним всегда есть люди и что «много званых, да мало избранных», что очень мало людей добиваются известности и что он может навсегда остаться просто хорошим и компетентным преподавателем. Тогда он мог бы почувствовать, что он ничтожен как песчинка, что его жизнь бессмысленна и что он вполне может и не жить. Идея самоубийства проникает в его сознание, когда он в более подавленном состоянии, чем обычно. Рано или поздно он задумывается: «Хорошо, предположим, что я это сделал, — что тогда?» И ему вдруг приходит в голову, что если бы он вернулся после самоубийства, в жизни осталось бы еще много всего помимо славы. Тогда он решает продолжать жить без стремления к славе. Как будто та его часть, которая не могла жить без славы, совершает самоубийство. И, убивая запрос на славу, он может внезапно осознать, что вещи, приносящие радость и чувство безопасности, имеют мало общего с внешними и непостоянными стандартами общественного мнения. Тогда он может начать ценить легкомысленную мудрость Эрнеста Хемингуэя: «Кто, черт возьми, хочет славы в выходные? Я хочу хорошо писать». И наконец, в результате частичного самоубийства он может прояснить для себя свои цели и испытать больше радости, которая теперь будет исходить от реализации его собственных возможностей, от поиска и постижения истины, в которую он вносит свой уникальный вклад, рождающийся из его собственной целостности, а не из почитания славы.

Мы хотели бы еще раз подчеркнуть, что реальное содержание этих частичных психологических самоубийств намного сложнее, чем подразумевают эти иллюстрации. На самом деле некоторые люди — возможно, большинство — двигаются в противоположном направлении, когда им приходится отказываться от собственных жизненных амбиций: они отступают, ограничивают свой мир и становятся менее свободными. Но мы хотим пояснить, что в частичном самоубийстве есть положительный момент и что умирание одного отношения или потребности может быть оборотной стороной рождения чего-то нового (что является законом роста в природе, работающим точно так же и для людей). Можно выбрать для себя путь уничтожения невротической стратегии, зависимо-

сти, цепляния за других, а затем обнаружить способ жить свободнее. Женщина в нашем примере, несомненно, обнаружит для себя, что ее так называемая любовь к мужчине, ради которого она хотела совершить самоубийство, на самом деле была вовсе не любовью, а паразитическим цеплянием, которое уравновешивало желание обладать властью над мужчиной. За «смертью» части себя нередко следует возрастание осознания жизни и чувство новых возможностей.

Когда человек сознательно выбрал жизнь, происходят еще две вещи. Во-первых, его ответственность за себя приобретает новый смысл. Он принимает на себя ответственность за свою жизнь не как за то, чем он был обременен и что было навязано ему, а как за то, что он выбрал сам. Сам этот человек теперь существует как результат решения, которое он сам же и принял. Безусловно, любой думающий человек понимает в теории, что свобода и ответственность идут рука об руку: если кто-то несвободен, он — автомат, и очевидно, для него нет такой вещи, как ответственность; а если кто-то не может нести ответственность за себя, ему нельзя доверить свободу. Но когда человек «выбрал себя», это партнерство свободы и ответственности становится продуктивным: он испытывает это на собственной шкуре; выбирая себя, он осознаёт, что он одновременно выбрал и личную свободу, и ответственность за себя.

Другая вещь, которая при этом происходит, — это превращение внешней дисциплины в самодисциплину. Человек принимает самодисциплину не потому, что ему приказано — кто может командовать кем-то, кто был настолько свободен, чтобы покончить с собой? — но потому, что он с большей свободой выбрал то, что хочет делать со своей собственной жизнью, а дисциплина необходима ему ради тех ценностей, которых он желает достичь. Эту самодисциплину можно называть причудливыми именами: Ницше называл ее «любовь к своей судьбе», а Спиноза говорил о послушании законам жизни. Но независимо от витиеватости термина, я считаю, что это тот самый урок, который каждый постепенно усваивает в своей борьбе за зрелость.

ГЛАВА 6

Творческое сознание

Человек — «этическое животное», этическое потенциально, даже если, увы, в действительности это не всегда так. Его способность к «этическому суждению» — как свобода, разум и другие уникальные свойства человеческого существа — основана на самосознании.

Несколько лет назад доктор Хобарт Маурер[1] провел небольшой любопытный эксперимент в психологической лаборатории Гарварда. Задача была протестировать «этическое» чувство у крыс. Могут ли крысы просчитывать долгосрочные последствия хороших и плохих поступков, а затем действовать на этой основе? В клетку бросали кусочки еды на глазах у голодных животных, однако по замыслу исследователя они должны были научиться своего рода этикету, выжидая в течение трех секунд. Если крыса устремлялась к еде до истечения срока, она получала наказание в виде небольшого электрического разряда, подаваемого через пол клетки.

Из-за того что наказание следовало немедленно за поспешной попыткой добраться до еды, животные быстро научились «вежливо» выжидать, чтобы потом спокойно наслаждаться едой. Таким образом, они смогли организовать поведение, основываясь на принципе «подожди чуть-чуть или пожалеешь». Но если наказание запаздывало, скажем, на 9 или 12 секунд после нарушения этикета, крысам становилось очень непросто. В этом случае большинство из них теряли способность обу-

---

[1] Маурер Орвал Хобарт (1907–1982) — американский психолог, профессор Иллинойсского университета. Изучал вопросы поведенческой псхотерапии, известен методом групповой терапии — так называемыми интеграционными группами. (*Примеч. ред.*)

чаться через наказание. Они превращались в «преступников», невольно таская еду, совершенно без оглядки на грозящее наказание. Или же они становились фрустрированными «невротиками», отказываясь от еды и голодая. Главный вывод эксперимента в том, что крысы не могут соизмерять наступление нежелательных последствий в будущем с желанием съесть лакомство прямо сейчас.

Этот небольшой эксперимент показывает разницу между человеком и крысой. Человек умеет «смотреть вперед и назад». Он способен выходить за пределы настоящего момента, вспоминать прошлое и планировать будущее, может предпочесть сравнительно большее благо, получение которого при этом является делом будущего, сравнительно меньшему благу, которое можно получить прямо сейчас. Точно так же он способен постичь чужие потребности и желания, может поставить себя на место другого, при выборе учитывая то, как видит благо его ближний, а как — он сам. В этом лежит исток умения, какую бы несовершенную и рудиментарную форму оно ни имело у большинства людей, «возлюбить ближнего своего» и понимать связь между собственными действиями и благосостоянием общества.

Человек не просто способен делать выбор в пользу тех или иных ценностей, целей, но он даже обязан выбирать, если ему вообще доступно достижение интеграции, поскольку ценность — цель, к которой он стремится, — является его психологическим центром, словно некое интегрированное ядро, притягивающее к себе его силы, подобно тому как ядро магнита стягивает магнитные силовые линии. В предыдущей главе мы отметили: понимание того, чего хочешь, становится ключевым условием для развития саморегуляции у детей и молодых людей. Знание своих желаний — простейшая форма способности самостоятельно выбирать ценности, присущей взрослым. Признак зрелого человека в том, что его жизнь построена вокруг выбранных им самим целей: он знает, чего хочет, и уже не просто как малое дитя, которому подавай мороженое, но как взрослый человек, планирующий и планомерно двигающийся к творческой любви, достижению деловых показателей или чему угодно еще. Он любит членов семьи не оттого, что по случайному стечению обстоятельств ему выпало родиться в ней, но потому, что он находит их заслуживающими любви, потому что он выбирает

любить их; и работа для него — не автоматически выполняемая рутина: он сознательно верит в ценность своего труда.

В одной из предыдущих глав мы видели, что тревога, замешательство, опустошенность — эти хронические расстройства психики современного человека — возникают лишь оттого, что его ценности туманны и противоречивы, что у него нет психического ядра. Теперь мы можем добавить, что внутренняя сила и целостность индивида, их степень зависят от того, насколько он сам уверен в тех ценностях, по которым живет. В этой главе мы ставим вопрос: как добиться зрелого и творческого подхода к выбору и проведению этих ценностей.

Прежде всего, ваши и мои ценности, равно как и испытываемые нами затруднения при попытке проводить их в жизнь, сильно зависят от возраста. Всегда получается так: в переходном возрасте, когда каждой мысли сопутствуют скептицизм и сомнения, на человеке лежит более трудная задача. Гёте, которого нельзя назвать певцом веры в традиционном смысле, писал при этом: «Любая эпоха, коей правит вера в какой бы то ни было форме, величественна, плодотворна и способна вдохновлять и сама по себе, и с точки зрения всеобщего процветания. С другой же стороны, любая эпоха, в которой скептицизм длит свой сомнительный триумф, пускай она и не лишена гордости за краткие мгновения позаимствованного великолепия, утрачивает свой смысл...», потому что никому не принесет удовольствия бороться с тем, что «по существу бесплодно».

Если этими несколько высокопарными словами Гёте хочет донести мысль, что вера — это пронизывающие общество убеждения, благодаря которым появляется смысловой центр, а составляющие его люди обретают чувство осмысленности, — в таком случае его утверждение является точным с исторической точки зрения. Стоит лишь вспомнить Грецию при Перикле, или времена Исайи, или Париж XIII века, или Возрождение и XVII век, чтобы убедиться, насколько такие вот общепризнанные убеждения сосредоточивают на себе творческие силы конкретной эпохи.

Однако в переходные, или дезинтегрирующие, фазы исторического развития, к которым можно отнести конец эллинистического периода

и сумерки Средневековья, раскалывается и сама вера. И тогда происходят две вещи. Во-первых, вера и традиции, переданные обществу, кристаллизируются, превращаясь в омертвевшие формы, и они, в свою очередь, угнетают жизнеспособность индивида. К примеру, символы, безудержно используемые на излете Средневековья, превратились в сухие, выхолощенные формы, о которых можно было легко вести диспуты, но которые были лишены содержания. Вторая вещь, характерная для переходных периодов, заключается в том, что жизненные силы покидают традицию и превращаются в вялый протест, который растрачивает энергию подобно воде, растекающейся по земле во всех направлениях. Так или почти так было с нами в 1920-х.

И не в этом ли состоит в первом приближении стоящая перед нами сегодня дилемма? Не оказываемся ли мы зажатыми между авторитарной косностью, с одной стороны, и бесцельной тратой жизненных сил — с другой? Будут или нет все мои читатели резать пирог истории на такие же куски, как я (историю ведь, как известно, можно толковать по-разному), не меняет того факта, с которым согласится всякий: в периоды социальных потрясений, один из которых мы переживаем сегодня, людей тяготит чувство «утраты корней», и оттого они цепляются за власть и существующие институты как за прибежище во время бури. Как показывают доктор и миссис Линд в своем исследовании «Миддлтаун в переходный период» на примере американского города времен депрессии, «большинство людей не способны выносить перемены и неопределенность, если они охватывают все сферы жизни разом». Поэтому граждане Миддлтауна были склонны придерживаться более консервативных, авторитарных взглядов в экономике и политике, более строгих моральных установок, и сравнительно большее число людей присоединялось к консервативно, более фундаменталистски ориентированным церквям в ущерб либеральным конфессиям.

Опасность, которая подстерегает нас в середине XX века, состоит в том, что люди, потерянные и сбитые с толку, а иногда и вовсе паникующие, не понимая, во что им верить (как было с Европой 1930-х), хватаются за деструктивные и демонические ценности. Коммунизм сумел заполнить «вакуум веры, образовавшийся после упадка тради-

ционной религии, — пишет Артур М. Шлезингер[1], — он дает чувство предназначения, исцеляя невыносимое чувство тревоги и сомнения». Не стоит бояться, что наша нация станет коммунистической — я об этом не волнуюсь, — но общество по-своему проявляет приверженность деструктивным ценностям. Существуют явные признаки, что нарастают авторитарные, реакционные тенденции — в религии, политике, образовании, философии, в науке в форме догматизма. Когда люди чувствуют угрозу и тревожность, они становятся менее гибкими, сомневаясь, они склонны к догматизму, и тогда они утрачивают жизненные силы. Они мастерят защитную скорлупу из осколков традиционных ценностей и прячутся в нее либо же в панике убегают в прошлое.

Но многие приходят к мысли, что бежать в прошлое бесполезно. К счастью, такие книги, как «Возвращение к религии» Генри Линка[2], оказывают столь же кратковременное влияние, сколь коротка и их популярность. Усилия такого рода, в сущности, направлены на самозащиту: совершенно невозможно навязать «центр» извне. Возрождение религиозного интереса, похожее на то, что имело место на закате эллинизма вследствие «нервного истощения», по выражению Гилберта Мюррея[3], не идет на пользу ни обществу, ни его членам. Какой бы трудной ни была эта задача, мы должны во что бы то ни стало принять себя и наше общество таким, какое оно есть сейчас, а также обрести этический центр за счет более глубокого понимания самих себя, смело посмотрев в лицо нашей нынешней исторической ситуации.

В последние годы получило развитие и другое течение, сильно непохожее на «возвращение к религии». Многие интеллектуалы и другие чувствительные натуры постепенно утверждались в мысли, что они

---

1 Шлезингер Артур Мейер — младший (1917–2007) — американский историк, публицист, советник Джона Кеннеди и других политических деятелей США. Трижды лауреат Пулитцеровской премии. (*Примеч. ред.*)

2 Линк Генри Чарльз (1889–1952) — американский психолог, социолог. Одним из первых занимался изучением рекламы и использованием технологии массовых опросов. В 1930–1950-х гг. издал четыре книги по этике религии. (*Примеч. ред.*)

3 Мюррей (также Марри) Гилберт (1866–1957) — английский филолог-классик, писатель, публицист. Переводчик пьес Эсхила, Софокла, Еврипида и других греческих классиков. (*Примеч. ред.*)

оторваны от древней религиозной и этической традиции и что тем, кто не был знаком с учениями Исайи, Иакова, Иисуса, Будды, Лао-цзы, не хватало чего-то крайне важного как раз тогда, когда у человека возникла необходимость заново открывать свои ценности. И вот они с удвоенным интересом принялись постигать этическую и религиозную мудрость прошлых веков. Следы этой тенденции можно обнаружить в статьях Дэвида Рисмена, например во «Фрейд, наука и религия» в *The American Scholar*, а также в текстах Хобарта Маурера. Четыре подряд выпуска *Partisan Review* за 1950 год были составлены из статей прозаиков, поэтов и философов на тему «Религия и интеллектуалы».

Конечно, можно только радоваться, что этот тренд не является продуктом лишь нашей нынешней тревожности (лучшие его образцы уж точно не определяются ею). Опасность же представляет то, что некоторые из интеллектуалов, лишь недавно пришедшие в эту область и, как следствие, менее разборчивые, оказываются более подвержены влиянию хоть ярких и лежащих на поверхности, но все же не очень надежных аспектов религиозной традиции. Если интерес, который интеллектуалы питают к религии, льет воду главным образом на мельницу авторитаризма и реакции, что ж, тогда мы совершенно заблудились.

Настоящая проблема состоит в том, чтобы понять, что является здоровым в области этики и религии, потому что тогда мы будем пожинать плоды в виде такого чувства безопасности, которое увеличивает, а не уменьшает ценность личности, ее ответственность и свободу. Давайте поступим так же, как и в предыдущих главах, и начнем с вопроса, как появляется и развивается в человеке здоровое осознание этического.

Адам и Прометей

Человек — этическое животное, однако обретение чувства этического дается нелегко. Он не прорастает в сторону этического суждения так же безусловно, как цветок прорастает навстречу солнцу. Само собой, чувство этического дается лишь ценой внутренних конфликтов и тревоги, как и в случае со свободой и другими проявлениями человеческого самосознания.

Один из таких конфликтов захватывающе изображен в мифе о первом человеке, библейском Адаме. Это древнее вавилонское сказание, переписанное и сохраненное в Ветхом Завете около 850 года до н. э., повествует о том, как в одно и то же время внезапно приходит понимание этического и появляется самосознание. Как и история Прометея, как и другие мифы, это сказание об Адаме несет грядущим поколениям вечную истину вовсе не потому, что фиксирует какое-то историческое событие, но поскольку изображает некий глубинный, внутренний опыт, присущий всему человечеству.

Как гласит история, Адам и Ева живут в райском саду, где «произрастил Господь Бог из земли всякое дерево, приятное на вид и хорошее для пищи». В этой благословенной земле им не ведомы ни тяжелый труд, ни нужда. И что важнее, им неведомы чувства тревоги и стыда: они «не замечают своей наготы». Им не нужно отвоевывать у земли пропитание, они не знают ни внутренних психологических конфликтов, ни духовных конфликтов с Богом.

Но Бог приказал Адаму не вкушать от древа познания добра и зла и от древа жизни, «чтобы ему не стать подобным Богу в знании добра и зла». Когда же Адам и Ева все-таки вкусили запретных плодов с первого дерева, «они прозрели», и первым свидетельством, что отныне им известно добро и зло, становится чувство тревоги и стыда. Они «узнали, что наги», и вот когда Господь совершал ежедневный полуденный променад по саду, как об этом говорит автор в своей очаровательной наивной манере, Адам и Ева спрятались от его взгляда среди деревьев.

Разгневанный непослушанием, Господь назначает наказание. Женщина была обречена на сексуальное влечение к своему мужу и на мучительные роды, а мужчина — на скорбные тяготы труда.

> В поте лица твоего будешь есть хлеб,
> Доколе не возвратишься в землю, из которой ты взят,
> Ибо прах ты
> И в прах возвратишься.

Эта поучительная история в действительности является примитивным, созданным древними жителями Месопотамии описанием того, что происходит с каждым человеком в период примерно между одним и тремя годами, а именно появления самосознания. До этого момента человек живет в райском саду, который является символом внутриутробного периода и раннего детства, пока ребенок всецело зависит от родительской заботы, пока его жизнь тепла и удобна. Сад означает состояние, доступное лишь младенцам, животным и ангелам, состояние, которому неизвестны этические конфликты и ответственность; это время невинности, когда человеку не ведомы «ни стыд, ни совесть». Такие райские картины, лишенные продуктивной деятельности, в разных формах появляются в литературе, и зачастую они выдают сильное романтическое стремление вернуться на ранние этапы, предшествующие появлению самосознания, или даже к тому изначальному состоянию, которое психологически близко к периоду невинности, а именно к внутриутробному существованию.

С утратой «невинности» и образованием зачатков этической чувствительности, как далее показывает миф, личность взваливает на себя тяжелую ношу самосознания, тревоги и угрызений совести. Человек начинает ощущать себя — хотя такое ощущение может прийти лишь позднее — созданным «из праха». Иными словами, он понимает, что ему рано или поздно уготована смерть, узнает о своей конечности.

Положительный момент состоит в том, что съеденные плоды и познание добра и зла символизируют психологическое и духовное рождение личности. Действительно, Гегель говорил об этом мифе «падения» человека как о «падении вверх». Древнееврейские писатели, поместившие этот миф в Книгу Бытия, вполне могли увидеть в нем повод для песни неземного ликования, ведь именно в тот день, а не в день сотворения Адама появился на свет человек. Но что удивляет, так это то, что все здесь изображается как противное Богу и его повелениям. Господь изображен гневающимся на то, что «вот, Адам стал как один из Нас, зная добро и зло; и теперь как бы не простер он руки своей, и не взял также от дерева жизни, и не вкусил, и не стал жить вечно».

Должны ли мы верить тому, что такой Бог не желал, чтобы человек обладал знанием и чувством этического, тот самый Бог, про которого нам

говорят главой ранее в той же Книге Бытия, что он создал человека по своему образу и подобию, и что иное это может означать, если не подобие Богу в отношении свободы, творчества и способности совершать этический выбор? Следует ли нам считать, что Господь желал оставить человека в состоянии невинности, психологического и этического неведения?

Эти допущения столь слабо вяжутся с точностью психологических прозрений мифа, что мы вынуждены искать иные объяснения. Без сомнения, миф, в том неотчетливом виде, в каком он дошел до нас из второго или третьего тысячелетия до Рождества Христова, представляет собой примитивную точку зрения. Можно понять примитивных рассказчиков, которые не проводят различий между конструктивными формами самосознания и бунтарством, особенно учитывая тот факт, что и сегодня многие различают их с большим трудом. Кроме того, Бог этого мифа — Яхве, самое раннее и наиболее примитивное родовое божество евреев, известное своей ревнивостью и мстительностью. Именно против жестокости и неэтичности деяний Яхве восстали поздние еврейские пророки.

Мы прольем больше света на это странное противоречие в мифе об Адаме, если взглянем на параллельные греческие мифы о Зевсе и других богах Олимпа, возникшие в тот же архаический период. Наиболее близкий к сказанию об Адаме греческий миф — миф о Прометее, укравшем огонь у богов, чтобы подарить его людям за их теплоту и трудолюбие. Заметив однажды среди ночи проблеск огня на земле и поняв, что у смертных есть огонь, взбешенный Зевс схватил Прометея, отнес его на Кавказ и приковал цепью к горной вершине. Рожденная из недр божественного воображения пытка, уготованная Зевсом Прометею, состояла в том, что в течение дня его печень раздирал голодный гриф, в течение ночи она восстанавливалась, а на следующее утро вновь прилетал голодный гриф, и так без конца длилось мучение несчастного Прометея.

По мере исполнения наказания становится видно, что Зевс превзошел Яхве в жестокости. Потому что греческий бог, которого разъедала злоба за то, что отныне человек владеет огнем, упрятал в небольшую шкатулку всевозможные болезни, скорби и пороки в виде крошечных, похожих на светлячков существ и передал ее Меркурию, дабы тот снес ее на

землю, которая в то время походила на рай (совсем как райский сад) и на которой в безмятежности и счастье жили Пандора с Эпиметеем. Когда любопытная женщина открыла шкатулку, существа вырвались наружу и беды нескончаемым потоком обрушились на человечество. Эти демонические черты в обхождении с человечеством определенно портят лик божества.

Если история Адама — это миф о возникновении самосознания, то Прометей оказывается символом творческой находчивости, поиска новых жизненных путей, доступных человечеству. Действительно, имя Прометея означает «предусмотрительный», а как мы могли убедиться, умение заглянуть в будущее, планировать составляет один из аспектов самосознания. Прометеева пытка выражает внутренний конфликт, сопутствующий творческой деятельности, — она символизирует тревогу и вину, которым подвержен — свидетелями тому такие творцы, как Микеланджело, Томас Манн, Достоевский и многие другие, — всякий, кто осмелится открыть человечеству новые формы жизни. Но вновь, как и в мифе об Адаме, Зевс ревниво встречает тягу человека возвыситься и наказывает его со всей мстительностью. Так что мы оказываемся перед той же проблемой: что означает борьба богов против человеческого творчества?

Безусловно, в действиях Адама и Прометея проглядывает бунтарство. В этом ракурсе мифы как раз осмысленны и сами по себе. Ведь и грекам, и евреям было известно, куда может зайти человек в стремлении преодолеть положенные ему пределы, беря на себя непосильную задачу [overreaching himself] (как было с Давидом, забравшим жену Урии), или совершая грех гордыни (случай гордеца Агамемнона, завоевавшего Трою), или самонадеянно притязая на всемирную власть (как с современной фашистской идеологией), или упорствуя и считая свое ничтожное знание истиной в последней инстанции (как поступают догматики, неважно, религиозные или научные), потому что тут-то он и становится опасным. Сократ был прав: начало мудрости лежит в том, чтобы признать себя невеждой, и человек может творчески использовать данные ему силы и в чем-то выходить за положенные ему пределы, только если сперва скромно и искренне признается в этой ограниченности. Мифы убедительно предостерегают против ложного самомнения.

Но бунтарство, описанное в этих мифах, очевидным образом является в то же время положительным и конструктивным, и потому их нельзя попросту отбросить как картины присущей человеку гордыни и борьбы со своей смертностью. Они выражают психологическую истину, согласно которой «открывшиеся глаза» ребенка, обретение им самосознания неизбежно приводят к конфликтам с власть предержащими, будь то боги или родители. Но почему же это потенциальное бунтарство, без которого ребенку никогда не достичь возможностей свободы, ответственности, этического выбора, а значит, и самые драгоценные свойства человеческой натуры останутся неразвитыми, — почему это бунтарство должно навлечь проклятие?

Мы утверждаем, что в этих мифах заявляет о себе вековой конфликт между ощетинившейся властью, представленной ревнивыми богами, и подъемом новой жизни, нового творения. Появление свежей жизненной силы всегда так или иначе расшатывает существующие устои и убеждения, а потому вызывает чувство тревожности и угрозы как у власти, так и у самого растущего человека. И тот, кто становится вестником перемен, может оказаться в непримиримом конфликте с консервативной властью — в этом убедились Орест и Эдип. Тревога Адама и муки Прометея показывают нам, что и сам новатор испытывает страх движения вперед. В этих мифах описана не только храбрость человека, но и его приспособленческая сторона, которая предпочитает комфорт свободе, безопасность — росту. Тот факт, что в мифе об Адаме и Еве наказанием им были назначены сексуальное желание и труд, лишь подтверждает нашу мысль. Ведь разве не страстное желание вечно быть на иждивении подталкивает нас к тому, чтобы видеть в труде — этой возможности вспахивать землю, добывая пищу силой собственных рук, — *наказание*? Разве не тревожная часть нашего «я» усматривает в сексуальном желании как таковом обременение и добровольно идет на кастрацию, которую и проделал над самим собой Ориген, лишь бы избежать конфликта, вырвав с корнем само желание? Тревога и вина, всегда сопутствующие человеку в добывании хлеба насущного, равно как и все проблемы, порождаемые сексуальным влечением и другими аспектами самосознания, без сомнения, являются болезненными. Временами они непременно влекут за собой серьезные конфликты и страдание. Но кто решится утверждать, что, за исключением крайних случаев

вроде психоза, тревога и угрызения совести составляют неоправданно высокую цену для столь захватывающих вещей, как самопознание и творчество, одним словом, слишком высокую цену за возможность быть человеком, а не только невинным ребенком?

Эти мифы обнаруживают авторитарную сторону, присущую, как нам представляется, всем религиозным традициям — греческой, иудейской, христианской, — из-за которой они ведут непримиримую войну против этических прозрений. Таков голос Яхве, ревнивого и мстительного Бога; таков голос царя, ревниво оберегающего свое положение и власть, бросающего своего сына на съедение волкам, как поступил отец Эдипа; таков вождь племени, который стремится сокрушить все молодое, юное, растущее; таковы любые догматические убеждения и косные обычаи, чинящие препятствия творчеству.

Безусловно, в любом обществе должны присутствовать обе тенденции — и генерирование новых идей, этических озарений, и поддержка институтов, призванных хранить ценности прошлого. Ни одно общество не способно прожить без живительных сил и без старых форм — изменчивость и стабильность, религия пророков, нападающих на существующие институты, и религия священников, охраняющих их.

Но проблема, которая, как мы увидели, касается нас сегодняшних, состоит в том, что повсеместно начинает преобладать тенденция к конформности. Настроенный на «радар» человек, отчаянно пытающийся неотступно следовать ожиданиям группы, очевидно, будет понимать нравственность как подстройку под групповые стандарты. В такие периоды этику начинают все чаще отождествлять с *послушанием*. «Хорошими» бывают лишь в той мере, в какой умеют подчиняться диктату общества или церкви. Некритический взгляд на миф об Адаме, конечно, дает удачный пример рационализации таких тенденций — ведь могут заметить, что Адама никто не изгнал бы из рая, если бы он был послушен. И для людей нашего печального времени такая перспектива гораздо привлекательнее, чем может показаться на первый взгляд, потому что государство, символически представленное раем, где нет места для забот, нужды, тревоги, конфликтов, нет потребности в личной ответственности, становится объектом набожного поклонения в эпоху тревожности.

Поэтому человек начинает высоко ценить, не всегда отдавая себе в этом отчет, *отсутствие* необходимости развиваться. Так, словно безоговорочное послушание — это наилучшее, что может быть; и словно чем ниже личная ответственность, тем лучше.

Но в самом деле, что же этического в послушании? Если цель лишь в том, чтобы добиться послушания, тогда можно и собаку выдрессировать до нужного уровня. Но и в этом случае собака была бы более «этична», чем ее хозяева люди, потому что собака не несет в себе вечную угрозу нервного срыва в виде какого-нибудь «эксцесса» бунтующего существа в ответ на подавление и отрицание его свободы. И на социологическом уровне: что такого «этического» есть в том, чтобы следовать принятым нормам? Человек, удовлетворяющий такому идеалу, как и любой другой, оказался бы в 1900 году подавленным сексуально; в 1925 году по моде того времени стал бы немножечко бунтарем; в 1945 году демонстрировал бы среднестатистическое поведение в соответствии с отчетами Кинси. Даже если стандарт стараются облагородить, называя его «культурой», или «моральным правилом», или «абсолютной религиозной доктриной», что этического добавляется к этой конформности? Очевидно, что такое поведение упускает самую суть человеческой этики — тонкое понимание уникальности отношений с другим человеком, а также умение строить эти отношения творчески, с большей или меньшей степенью свободы и личной ответственности.

Одну из самых замечательных иллюстраций конфликта между этической чуткостью и существующими институтами, а также того чувства тревоги, которое несет с собой свобода, создал Достоевский в своей легенде о великом инквизиторе. Наступил день, когда Христос вернулся на землю, и хотя он тихо и незаметно исцелял больных на улицах, его узнали все. Случилось это во времена испанской инквизиции, и старый кардинал, великий инквизитор, встретил Христа на улице и приказал заточить его в темницу.

В сумраке ночи инквизитор входит в клетку, чтобы объяснить молчащему Христу, почему тому не следовало возвращаться на землю. Все пятнадцать веков, истекших с его пришествия, церковь боролась за то, чтобы исправить главную ошибку Христа, давшего людям свободу, и те-

перь они не позволят Ему перечеркнуть все, что было сделано. Ошибка Христа, говорит инквизитор, состояла в том, что «вместо твердого древнего закона» он возложил на человека тяжкий груз со свободным сердцем решать самому, что есть добро, а что — зло, а «такое страшное бремя, как свобода выбора» — слишком непосильная ноша для людей. В уважении к человеку Христос зашел слишком далеко, говорит инквизитор, позабыв, что на самом деле люди хотят, чтобы с ними обращались как с детьми, чтобы их вели за собой «власть» и «чудо». Надо было всего лишь дать им хлеба, как и советовал дьявол, искушая, «но Ты не захотел лишить человека свободы и отверг предложение, ибо какая же свобода, рассудил Ты, если послушание куплено хлебами?.. Но кончится тем, что они принесут свою свободу к ногам нашим и скажут нам: “Лучше поработите нас, но накормите нас”... Или Ты забыл, что спокойствие и даже смерть человеку дороже свободного выбора в познании добра и зла?»

Немногие героические, сильные люди смогли последовать за Христом путем свободы, продолжает старый инквизитор, но чего жаждет большинство, так это слиться в неразличимую и гармоничную муравьиную массу.

«...Говорю Тебе, что нет у человека заботы мучительнее, как найти того, кому бы передать поскорее тот дар свободы, с которым это несчастное существо рождается». Церковь принимает этот дар: «Мы будем позволять или запрещать им жить с их женами и любовницами, иметь или не иметь детей — все судя по их послушанию — и они будут нам покоряться с весельем и радостью... они поверят решению нашему с радостию, потому что оно избавит их от великой заботы и страшных теперешних мук решения личного и свободного». Старый инквизитор с оттенком грусти задает риторический вопрос: «Зачем же Ты пришел нам мешать?» и, покидая темницу, объявляет Христу, что завтра тот будет сожжен.

Достоевский, конечно, не имеет в виду, что инквизитор говорит от лица всей религии, католической или протестантской. Скорее он хочет изобразить ту сторону религии, которая угрожает самой жизни, которая ищет «бесспорный общий и согласный муравейник», тот ее элемент, который порабощает человека и подстрекает его отказаться, как Исав

за чечевичную похлебку, от наиболее ценного своего достояния — свободы и ответственности.

И поэтому человек, находящийся сегодня в поисках ценностей, на основе которых он мог бы придать целостность собственной жизни, должен столкнуться с фактом, что простого выхода ему не найти. Он не может просто «вернуться к религии», словно благополучно возвратиться в родительский дом, если вдруг ноша свободы и ответственности станет непомерной. Потому что между этикой и религией то же двойственное отношение, что и между родителями и их отпрысками. С одной стороны, на протяжении всей истории нравственных пророков порождала и вскармливала религиозная традиция — стоит только вспомнить Амоса, Исайю, Иисуса, святого Франциска, Лао-цзы, Сократа, Спинозу и бесчисленное множество других. Но с другой стороны, между этически чуткими людьми и религиозными институтами испокон веков существует кровавая вражда. Этические прозрения возникают из нападок на конформность существующих нравов. В Нагорной проповеди Иисус предваряет каждое новое этическое откровение рефреном «Вы слышали, что было сказано древним, но Я говорю вам...», и этот рефрен выдает морально чуткого человека: «И никто не вливает молодого вина в мехи ветхие; а иначе молодое вино прорвет мехи, и само вытечет, и мехи пропадут». Поэтому всегда лишь этические творцы, как Сократ, Кьеркегор, Спиноза, были заняты поиском нового «духа» этики, поскольку он противопоставлен формализованному «закону» традиции.

Всегда возникает напряжение, а иногда и вовсе идут настоящие боевые действия между этическими лидерами и существующими религиозными, социальными институтами, сам этический лидер зачастую нападает на церковь, а та в ответ клеймит его врагом. Спиноза, этот «опьяненный Богом философ», был отлучен от церкви; одна из книг Кьеркегора носит название «Нападки на христианский мир»; Иисус и Сократ были казнены за то, что представляли собой «угрозу» нравам и обществу. Удивительно, как часто святые какого-нибудь одного исторического периода оказываются по факту атеистами на предыдущем.

В наше время среди тех, кто нападает на существующие религиозные институты с позиции этического совершенствования, значатся Ницше,

который восстает против христианской морали, пропитанной обидой, и Фрейд с его критикой религии, которая замуровывает человека в инфантильной по своей природе зависимости. Невзирая на различия в теоретических взглядах, оба они выражают этическое беспокойство о благополучии и удовлетворенности человека. И хотя в некоторых кругах их учения считаются враждебными по отношению к религии (и отчасти это так), я уверен в том, что будущие поколения впитают прозрения Фрейда и Ницше, сделав их частью этико-религиозной традиции, а религия благодаря их вкладу лишь обогатится и станет еще действеннее.

Джон Стюарт Милль, например, заявляет, что его отец, Джеймс Милль[1], считал религию «врагом морали». Старший Милль получил образование в пресвитерианской духовной семинарии в Шотландии, но позднее отошел от церкви, потому что отказывался верить в такого Бога, который создал ад и при этом, согласно теории предопределения, точно знал, что некоторые люди неизбежно окажутся там, не имея возможности выбирать. Он считал, что религия «коренным образом подвергла порче моральные устои, сделав из них предписание исполнять волю такого существа, в адрес которого нескончаемым потоком льются льстивые речи, но которого с мрачной правдивостью она изображает исполненным бесконечной злобы». Милль добавляет еще один штрих к портрету этого типажа «неверующего», свойственного середине XIX века: «Наилучшие среди них... гораздо более религиозны в исконном и наилучшем смысле слова “религия”, чем те, кто нагло присваивают себе это звание, отталкивая других».

Николай Бердяев, русский православный теолог и философ, восстает против тех же садистских доктрин, на которые обрушивался и старший Милль, а также против того факта, что «христиане выражают набожность через поклоны, низкопоклонство и распростертые позы, то есть через жесты, которые являются символическим выражением раболепия и унижения». Как и остальные этические пророки до него, Бердяев замечает, что он стал бы «драться с Богом во имя Бога», и добавляет,

---

[1] Милль Джеймс (1773–1836) — английский философ, экономист, историк. Дружил с классиком политэкономии Давидом Рикардо. (*Примеч. ред.*)

что «бунт невозможен иначе, как в согласии и во имя некой высшей ценности, опираясь на которую я осуждаю то, против чего восстаю; иными словами, во имя Бога»[1].

Все эти битвы между людьми, достигшими прозрения, и косной властью пронизывает сквозной лейтмотив, примером чему служат конфликты между Адамом и Яхве, Прометеем и Зевсом, Эдипом и его отцом, Орестом и матриархальным укладом или случаи с нравственными пророками нашего времени. Не тот ли это повторяющийся на разных уровнях психологический лейтмотив, что и в уже известном нам конфликте между детьми и родителями? *Или, точнее, не следует ли видеть в этом присущий любому человеку конфликт между потребностью бороться за расширение самосознания, зрелость, свободу и ответственность и свойственным ему желанием оставаться ребенком, цепляющимся за заботливых родителей или тех, кто их заменяет?*

Религия — источник силы или слабости?

В любой дискуссии о религии и личностной интеграции основной вопрос заключается не в том, ведет ли сама по себе религия к здоровью или неврозу, а в том, с какой именно религией мы имеем дело и как она используется. Фрейд заблуждался в том, что религия per se представляет собой невроз навязчивости. Некоторые религии таковы, а некоторые — нет. Любая сфера жизни может стать почвой для невроза навязчивости: философия может предстать бегством от действительности в гармоничный мир «систем», защитой против тревог и неурядиц повседневной жизни, либо же она может стать мужественной попыткой лучше понять действительность. Наука может быть сковывающей, догматичной верой, в которой спасаются от мучительных сомнений, либо же она может быть непредвзятым поиском новых истин. В силу того что вера в науку до сих пор находила больший отклик в интеллектуальных кругах нашего общества, а потому и реже подвергалась критике, возможно, что сегодня эта вера чаще, чем сама религия, способствует

[1] *Бердяев Николай.* Дух и реальность. Нью-Йорк, Charles Scribner's Sons, 1935. (*Примеч. авт.*)

компульсивному бегству от неопределенности. С технической точки зрения Фрейд был прав (как часто с ним случалось), потому что правильно ставил вопрос о религии: усиливает ли она зависимость индивида и его инфантильность?

Не правы и те, кто с другой стороны многословно и благостно твердит массам, что религия — путь к психическому здоровью. Некоторые религии, безусловно, таковыми и являются, но отнюдь не все. Эти утверждения остаются на поверхности, уводя нас в сторону от гораздо более трудной задачи постижения внутреннего смысла религиозного отношения к действительности и такого его понимания, при котором оно предстает не набором теоретических взглядов, но неотъемлемой частью самого существования человека как органического, живого существа.

Вопросы, которые мы ставим, таковы: приводит ли религия, исповедуемая индивидом, к слому его воли, держит ли она его на инфантильной стадии развития и помогает ли она избежать тревоги, порождаемой свободой и личной ответственностью? Или напротив, она служит смысловой основой, на которую опираются его достоинство и ценность, смелое принятие своих границ и нормальной тревожности, так что благодаря ей он учится быть сильнее, быть ответственным, любить своих ближних? Чтобы решить, мы прежде всего должны обратиться к отношению между религией и зависимостью[1].

---

[1] Я использую термин «зависимость» как обозначающий «болезненную зависимость», то есть зависимость, которая соответствовала бы более детской стадии развития, но не соответствовала бы нынешнему состоянию данного человека. Конечно, зависимость может быть совершенно нормальной: потребность годовалого ребенка в том, чтобы его кормили с ложки, — это нормально, и никакой необходимости проходить терапию здесь нет. Десятилетний мальчик, которого поддерживают его родители, полностью здоров для его стадии развития; но когда родители поддерживают тридцатипятилетнего мужчину, это уже другая история. Зависимость в том смысле, в каком мы используем этот термин, — это не просто неспособность взрослеть, это такой динамический паттерн, который представляет собой бегство от беспокойства. Хорошим синонимом слова «зависимость» в том смысле, в каком мы его используем, является «симбиоз», состояние, когда один организм не способен жить, если он не цепляется за другой. (*Примеч. авт.*)

Например, одна дочь, будучи еще совсем маленькой, договаривается с матерью, что в своей жизни всегда будет следовать Божьей воле. А воля Господа, как они условились, будет открываться ей через молитвы матери. Можно содрогнуться при мысли, сколь неизбежным становится тем самым доминирование матери над каждым поступком и мыслью девочки! И как пагубно это сказывается на умении делать самостоятельный выбор — что впоследствии, ближе к тридцати годам, дочь и поняла, обнаружив, что не способна автономно принять решение о вступлении в брак. Может показаться, что это — крайний случай, ведь и мать и дочь принадлежали к консервативной евангелической секте, да и сам пример не особо мудреный. Он призван попросту проиллюстрировать тот факт, что человек, считающий себя глашатаем и правой рукой Бога, кем и считала себя мать, не знает границ в своем стремлении присвоить власть над другими.

Такое применение религии часто и отчетливо проявляется на терапевтических сеансах, когда человек пытается отвоевать у родительского контроля толику свободы. При этом родители зачастую, с большей или меньшей деликатностью, выдвигают в качестве основного аргумент, что повиноваться родителям — это религиозный долг, наложенный на их отпрыска Божьей волей, ведь Бог хочет, чтобы он оставался подконтрольным родителям. В письмах, которые проходящие курс терапии люди получают от своих родителей, непременно обнаружатся ссылки на некоторые библейские пассажи, как например «Почитай отца твоего и мать твою», но никто не ссылается на более поздний догмат Христа, как он засвидетельствован в уже процитированном нами месте из Нового Завета: «И враги человеку — домашние его»[1].

Большинство родителей, разумеется, на словах будут утверждать, что они хотят исключительно полной реализации заложенного в их ребенке потенциала. Зачастую они даже не отдают себе отчета в том, что бессознательно цепляются и не отпускают молодого человека. Однако тот факт, что они ведут себя *так, словно* их сын или дочь смогут самореализоваться, лишь оставаясь на попечении, идет вразрез с их сознательными намерениями. Обретение сыном или дочерью свободы

[1] От Матфея 10:34–39. (*Примеч. авт.*)

нередко пробуждает глубоко затаенный родительский страх, и этот страх лишь подтверждает, насколько трудно родителям в нашем обществе действительно поверить в потенциал своего чада (может, оттого, что им крайне трудно поверить в свой собственный потенциал) и насколько сильно стремление любой косной власти сохранить влияние даже ценой «переламывания» другого до полного повиновения.

Обоюдные конфликты лишь усугубляются тем, что борющемуся за автономию молодому человеку часто насаждают чувство обреченности, откажись он следовать родительским наставлениям. И это при том, что он и без того прикладывает немалые усилия, чтобы одолеть гложущие его изнутри чувства тревоги и вины, вызванные муками обретения свободы. Часто на этой стадии человеку снятся сны, в которых он предстает виновным и все же невиновным — виновным, как Орест, который непременно должен идти дальше. Одному человеку снился сон, что он был назван в числе обвиняемых сенатором Маккарти на заседании Сената, но при этом внутренне он был убежден, что не виноват.

Затруднение, в котором оказывается жертва властных посягательств другого, лишь усугубляется собственной инфантильной потребностью в заботе. Ибо внутри индивида присутствует тенденция сдать себя на поруки доминирующему человеку. Добрая половина моей терапевтической работы за последние 10 лет приходилась на помощь людям из весьма религиозных семей и тем, кто сделал религию своей профессией, а другая половина была посвящена работе с людьми, не питавшими к ней особого интереса. Мне удалось сделать ряд наблюдений, которые можно рассматривать как предварительные, но тем не менее довольно ценные для освещения ряда психологических последствий принятого в нашем обществе религиозного воспитания. Я привожу их здесь по двум причинам. Во-первых, они могут оказаться полезными тем читателям, которые относят себя к верующим, но хотели бы избежать той стороны религиозной жизни (равно как и любой другой области культуры), которая ведет прямиком в западню невроза. Во-вторых, эти наблюдения могут быть полезны и тем читателям, которые не относят себя к конкретной религиозной традиции, но подобно многим другим людям сегодня, и число их только растет, озабочены вопросом, где

пролегает граница между теми аспектами религии, которые помогают обрести личные ценности, и теми аспектами, которые не помогают.

Эти наблюдения состоят в том, что люди религиозного воспитания склонны, во-первых, чаще других проявлять пылкость, когда дело доходит до изменения себя и собственной жизни. Но, во-вторых, они склонны к одной особенной установке, которую я бы назвал «священное право на заботу». Очевидно, что эти склонности исключают друг друга. Они параллельны двум противоречивым аспектам религии, о которых мы говорили выше и еще скажем в настоящей главе. Первая установка — живейший интерес к поиску решения своих проблем — не требует разъяснения. Она соответствует присущей личности уверенности в том, что жизнь наделена смыслом и ценностью, она же является конструктивным вкладом зрелой веры и, как мы покажем ниже, благоприятно влияет на терапию.

А вот установка на «священное право на заботу» — вещь совсем иного порядка. Она представляет собой одно из главных препятствий на пути достижения личной зрелости как в ходе терапии, так и в самой жизни. Такие люди с трудом переносят, когда их запросы рассматривают как проблему, которую нужно проанализировать, а затем и преодолеть, и они зачастую враждебно реагируют, когда их «право» недостаточно чтут, и чувствуют при этом, что их пытаются обмануть. Разумеется, им твердили «Бог позаботится о тебе» с тех самых пор, когда они распевали псалмы в воскресной школе, вплоть до сегодняшнего дня, когда та же самая идея в вульгарном обличье предстает в бесчисленных фильмах. Но на более глубоком уровне запрос на получение заботы, особенно ввиду того, что его фрустрация тут же дает враждебный отклик, является продуктом чего-то более укорененного. Я полагаю, что такая динамика является результатом того, что в прошлом эти люди от многого отказывались. Им приходилось уступать родителям свою способность и свое право на моральное суждение, и естественно, что обратная сторона неписаного договора состояла в получении права на безоговорочную опеку со стороны родительской власти и родительского суждения, подобно тому как раб располагает правом зависеть от своего хозяина. Поэтому они *на самом деле* обмануты, если родитель, а чаще фигуры, родителя замещающие, например, терапевт или Бог, не проявляет о них особую заботу.

Они приучены к тому, что счастье и успех придут к ним, если они были «добрыми», под чем чаще всего разумеют «послушными». Но само по себе послушание, как мы показали выше, только нарушает развитие в человеке этического сознания и мешает накоплению внутренней силы. Будучи покорным поступающим извне требованиям на протяжении длительного времени, такой человек утрачивает свою подлинную силу этического, ответственного поступка. Как бы странно это ни звучало, но выходит, что у таких людей меньше сил на то, чтобы стать добрыми и почувствовать сопутствующую этому радость. И поскольку, как однажды заметил Спиноза, счастье — не награда за добродетель, а сама добродетель, человек, отказывающийся от этической автономии, тем самым и в той же мере отступается от лежащей в его руках власти обрести добродетель и счастье. Что же удивляться тому, что он чувствует себя обиженным?

Мы точнее уясним себе, от чего именно приходится отказываться этим людям, когда взглянем на то, как «мораль послушания» с акцентом на «быть хорошим — значит подчиняться» обрела свою власть в современной культуре. Ее современная форма наследует образцам, возникшим в эпоху развития индустриализма и капитализма за последние четыре столетия. Нужно согласиться с тем, что подчинение человека машинному единообразию, упорядочение его жизни в соответствии с требованиями труда и бережливости и вправду привели к финансовому, а значит, и социальному росту, который продолжался на протяжении длительного отрезка современной эпохи. Человек мог поверить убедительным речам, что за послушанием непременно следует спасение, ведь если подчиняться требованиям труда, существующим в индустриальном обществе, можно постепенно скопить достаточную сумму денег. Любому, кому доводилось читать, к примеру, о деловой хватке первых квакеров и пуритан, известно, насколько хорошо уживаются обе эти установки, экономическая и моральная. «Квакерский доллар» был для средних классов настоящим утешением, лекарством от едкого чувства обиды за лишения, пережитые ими по вине системы послушания.

Но как мы и говорили выше, времена меняются, и сегодня «рано ложиться, рано вставать» может сделать человека здоровым, но нет гарантий, что так он станет богаче и мудрее. Заповедь Бенджамина

Франклина «плати десятину и трудись ежедневно» перестала быть верным путем к успеху.

А кроме того, религиозный человек, особенно если он является священником или как-то иначе вовлечен в профессиональную религиозную деятельность, был вынужден отказаться от реалистичного отношения к деньгам. Подразумевается, что он не требует вознаграждения за свой труд в виде зарплаты определенного размера. Во многих религиозных кругах считается «недостойным» упоминать деньги, будто получать деньги за свой труд, как и справлять нужду, — хоть и необходимая часть жизни, но в идеале следует вести себя так, словно не существует ни того ни другого. Рабочие профсоюзы, стараясь идти в ногу с экономическими изменениями, затронувшими массовое производство, в полной мере осознали, что Господь не посылает платежных поручений в клюве ворона, как в древности Илии была послана пища, и научились, объединяясь, совместными усилиями добиваться повышения заработной платы. Но люди религиозных профессий не могут устраивать забастовки в борьбе за повышение ставки. Вместо этого церковь берет на себя «заботу» о финансовом и не только положении священника; он пользуется льготами на железнодорожном транспорте или получает скидки на покупки в универмаге; оплата его преподавательского труда в семинарии уступает уровню других учебных заведений — и все это отнюдь не с расчетом укрепить уважение священника к самому себе или уважение к нему со стороны других членов общества. Тот факт, что в нашем обществе не приветствуется, когда священник предпринимает активные шаги по обеспечению своей финансовой безопасности, является лишним подтверждением тому, что, по нашему мнению, материальное обеспечение придет к человеку само неисповедимыми путями, если только он «хороший», и это молчаливое допущение тесно связано с верой, что Бог позаботится о нас.

Таким образом, легко понять, почему в нашем обществе человек, которого учат быть хорошим через послушание и который рано или поздно понимает, что ему за это не полагается награды даже в виде экономических благ, что уж говорить о счастье, становится столь обиженным и обозленным. Именно эта затаенная обида и движет его запросом на

получение заботы. Он словно молчаливо намекает: «Мне пообещали, что обо мне позаботятся, если я буду послушным: взгляните, я во всем был послушным, так почему же обо мне никто не заботится?»

Вера в «священное право на заботу» часто влечет за собой чувство, что ты имеешь право властвовать над другими. Иными словами, если человек верит в то, что одни люди должны властвовать над другими, он не только захочет подчиниться кому-нибудь более сильному, чтобы получить от него покровительство, но и сочтет своим «долгом» и самому позаботиться, то есть проявить власть над тем, кто стоит ниже него. Эту тенденцию в ее садистской форме иллюстрирует заявление, сделанное одним человеком, жившим с младшим братом, над которым он установил контроль вплоть до того, что отбирал его зарплату каждую субботу и выдавал взамен денежное пособие. Он сказал: «Разве я не опекун моего брата?»

Мы не будем пытаться объяснить причины, по которым тенденции доминирования и подчинения идут рука об руку и по которым мазохизм всегда представляет собой оборотную сторону садизма. Эти вопросы рассматривает Эрих Фромм в ставшей классической работе «Бегство от свободы». Мы лишь хотим заметить, что тот человек, который хочет заботы в свой адрес, как правило, пытается в то же время всевозможными хитрыми способами заполучить власть над другими. Гёте отыскал прекрасные слова для этой психологической истины:

> Владычества
> Тот не уступит никогда сопернику,
> Кто крепок властью, силою захваченной,
> И кто собой не в состоянье властвовать,
> Тот властвовать желает над соседями[1].

Другая тенденция, подпитываемая религиозной зависимостью, состоит в том, чтобы укрепить чувство собственной ценности, престижа и власти, идентифицируя себя с кем-то еще. Как правило, это

---

[1] *Гёте Иоганн.* Фауст / Пер. Б. Пастернака. М.: Государственное издательство художественной литературы, 1960. (*Примеч. пер.*)

происходит через отождествление себя с идеализированной фигурой священника, раввина, епископа или любого, кто расположен выше в иерархии престижа и власти. Повторим, эта тенденция не ограничивается только религией, ее можно найти в деловой, политической и многих других сферах общественной жизни. Это обычное явление в психотерапии, называемое переносом, и оно проявляется, в частности, в потребности пациента возвысить терапевта и извлечь престиж из того факта, что терапевт — известная персона. Однако сами терапевты видят в этом проблему, над преодолением которой они работают вместе с пациентом, чтобы последний научился смотреть на терапевта как на реального человека, коим он и является, а также чтобы он смог добиваться самоуважения и престижа благодаря своей собственной деятельности, а не таковой терапевта. Эта тенденция в религиозной сфере укоренена прочнее, чем в других. Ее, несомненно, лишь усугубляют ложные толкования понятий «страдание за других» и «искупление». Каждый словно пытается жертвовать собой ради других, так что в конце концов никто уже и не знает, где, собственно, он сам. Поразительно, с какой легкостью христианское учение о любви вырождается в общепринятое «Если ты будешь отвечать за меня, то я буду отвечать за тебя».

Невротическим религиозным траекториям свойственна одна общая черта: все они позволяют индивиду избежать встречи с одиночеством и тревогой. Из Бога делают, по выражению Одена, «космического папу». В таком виде религия служит рационализацией, прикрывающей осознание — и это осознание идет рука об руку с ужасом, охватывающим каждого, кто примет это всерьез, — того, что человеческое существо в глубине своей неизбежно одиноко и что в конечном счете невозможно избежать принятия решения в полном одиночестве.

...и лишь решительные
Ужас с одиночеством
Толкают человека обратиться к Пустоте на «ты».[1]

---

[1] *Эдна Сент-Винсент Миллей*. Строки из «Полночных бесед». Harper & Brothers, 1937. (*Примеч. авт.*)

Так говорит герой «Полночных бесед» Эдны Сент-Винсент Миллей. Но если главной причиной, по которой обращаются к Богу, является бегство от ужаса и одиночества, то такая религия не даст человеку двигаться к зрелости и силе; кроме того, она не способна защитить его и в долгосрочной перспективе. Пауль Тиллих, рассуждая с теологических позиций, подводит к мысли, что отчаяние и страх невозможно преодолеть до тех пор, пока человек не повернется к ним лицом, несмотря на всю их суровую и неумолимую реальность. Очевидно, что эта истина имеет и психологическое значение. Зрелость и следующее за ней преодоление одиночества начинаются с храброго принятия собственного одиночества.

Меня часто посещает мысль, что причина того, что Фрейд был столь мужественным и непоколебимым в своей работе, которой он посвятил сорок лет жизни, состояла в том, что он вышел победителем из суровой битвы первых десяти одиноких лет, когда после разрыва с Брейером[1] он открывал психоанализ, не имея рядом ни коллег, ни сотрудников. Мне даже кажется, что эту же битву вели и выигрывали в пустынях такие этические творцы, как Иисус, и что подлинный смысл искушений, с которыми боролся Христос, состоял отнюдь не в желании хлеба и власти, а в соблазне, вложенном в уста дьявола, броситься с горы, чтобы доказать, что Бог его сбережет:

> Ангелам Своим заповедает о Тебе,
> И на руках понесут Тебя,
> Да не преткнешься о камень ногою Твоею[2].

Если человек оказался способен сказать «нет» потребности, чтобы его «несли», если, другими словами, он способен не просить, чтобы о нем позаботились, когда у него есть мужество быть одиноким, тогда он

---

[1] Брейер Йозеф (1842–1925) — австрийский врач, преимущественно занимался исследованиями в области физиологии. Считается одним из основателей психоанализа наряду с З. Фрейдом, в письме к Фрейду предложил термин «психоанализ» в качестве названия метода. (*Примеч. ред.*)

[2] Псалтирь, 90:11–13. (*Примеч. авт.*)

способен говорить как духовный лидер. И не следует ли видеть в отказе Спинозы избежать отлучения от синагоги и общины пример той же самой внутренней победы в битве за целостность, той же самой борьбы за умение не страшиться одиночества, без которого благородная «Этика», без сомнения, одна из величайших когда-либо созданных книг, не могла бы быть написана?

Как бы ни относились к его мыслям, Спиноза дарит нам изречение, похожее на порыв свежего ветра, продувающего туманные и мрачные болота прилипчивой религиозной зависимости: «Кто истинно любит Бога, тот должен не ждать, что будет любим Им в ответ». В этой страшной сентенции звучит голос мужественного человека — человека, который убедился, что добродетель *и есть* счастье, а вовсе не квитанция на его получение; что любовь к Богу и есть своя собственная награда, что красоту и истину нужно любить за то, что они и есть само благо, а не за то, что они когда-нибудь оправдают доверие, оказанное им любящим их художником, философом или ученым.

Спиноза вовсе не намекает на мученическую, жертвенную, мазохистскую установку, которую можно по ошибке расслышать в его словах. Вместо этого он дает наиболее точное выражение главной черте объективной, зрелой, творческой личности (он называет такого человека блаженным и радостным), а именно: умение любить что-то ради самой любви, а не для того, чтобы о тебе позаботились, не ради того, чтобы окольными путями прийти к ощущению престижа и власти.

Разумеется, к одиночеству и тревоге можно подходить конструктивно. Но этого не достичь с помощью deus ex machina[1] какого-нибудь «космического папы», к этому можно прийти, лишь встав лицом к лицу с кризисами, двигаясь от зависимости к свободе и целостности через совершенствование и применение своих способностей, через выстра-

[1] Лат. «бог из машины» — выражение, означающее неожиданную развязку той или иной ситуации с привлечением внешнего, ранее не действовавшего в ней фактора. Является калькой с греч. «ἀπὸ μηχανῆς θεός». Словом «mechane» в древнегреческом театре назывался кран, который позволял поднимать актера над сценой. (*Примеч. пер.*)

ивание со своими ближними отношений на основе творческого труда и любви.

Это не значит, что в религии или любой другой области не может быть авторитетов. Это значит, что вопрос о власти должен быть поставлен иначе, то есть как вопрос личной ответственности. Потому что авторитаризм (как невротическая форма власти) произрастает тем скорее, чем менее склонен человек решать свои проблемы самостоятельно. В терапии, к примеру, именно в те моменты, когда пациент переживает особую переполняющую его тревогу, он склонен видеть в терапевте авторитетную инстанцию. А тот факт, что в такие периоды он охотно отождествляет терапевта с Богом и родителями, дает лишнее доказательство отстаиваемой нами точки зрения: он ищет кого-то, кому он может вручить самого себя ради того, чтобы о нем позаботились. К счастью, совершенно нетрудно доказать, что терапевт — никакой не Бог, и для терапии праздничный тот день, когда пациент обнаруживает, что его это совсем не пугает. Вместо того чтобы спорить с самим собой и другими о достоинствах какой-нибудь власти, лучше с самого начала задаться вопросом: «Что это за страх, который заставляет меня искать убежища под крылом власти, и от какой проблемы я стараюсь убежать?»

Вывод этой дискуссии в том, что религия играет конструктивную роль, когда она утверждает человека в чувстве собственного достоинства и полноценности, укрепляет его в мысли, что он способен выбрать жизненные ценности, помогает ему использовать и развивать этическую чуткость, свободу и личную ответственность. Поэтому религиозная вера и религиозные практики сами по себе нельзя назвать «хорошими» или «плохими». Вопрос скорее в том, насколько вера и практика являются для данной конкретной личности бегством от свободы, способом сделаться «чуть менее» личностью, и насколько они, напротив, укрепляют человека в его умении быть ответственным и полагающимся на свои этические силы. В притче Иисуса из Евангелия от Матфея похвалы удостоился не тот, кто, испугавшись, зарыл свой талант, но те, кто мужественно использовали свои ресурсы; и этим «добрым и честным» людям было дано вознаграждение.

Творческое использование прошлого

В последнем параграфе своей последней книги[1] Фрейд цитирует стихи Гёте:

> Наследовать достоин только тот,
> Кто может к жизни приложить наследство[2].

Теперь мы переходим к вопросу, как человек овладевает наследием отцов, переданным этической и религиозной традициями. Мы поместили этот раздел после предыдущего, поскольку не имеет смысла заводить речь о традиции, пока проблема зависимости остается непроясненной. В той мере, в какой взрослый человек достиг свободы и идентичности как личность, он обрел основу для овладения мудростью прошлого, содержащейся в традициях его общества; отныне он может считать их своими. Но если у него нет свободы, традиции из богатства превращаются в оковы. Они могут стать набором усвоенных правил, но они вряд ли окажут благотворное влияние на внутреннее развитие человека как личности.

Как мы могли убедиться в главе 2, отчасти наша сегодняшняя болезнь состоит в том, что мы во многом утратили творческий подход к мудрости прошлого. Заявление Генри Форда, сделанное им в 1920-х годах и гласившее: «История — это чушь», стало чрезвычайно популярным и спровоцировало многочисленные дискуссии. Уже тот факт, что такая тема вообще могла стать предметом обсуждений, указывает на бунт против традиции, который был в те времена повсеместным. Но история представляет собой наше социальное, общее тело: в ней мы живем, движемся и благодаря ей наделены бытием, и отрезать себя от нее, считать ее несущественной — все равно что сказать: «Мое физическое тело — это чушь».

Гордость за отсутствие интереса к религиозной традиции собственного общества относится к той же категории. В 1920-х и даже до известной

---

1 «Очерк психоанализа». (*Примеч. авт.*)

2 *Гёте Иоганн.* Фауст / Пер. Б. Пастернака. М.: Государственное издательство художественной литературы, 1960. (*Примеч. пер.*)

степени позднее среди рафинированных людей бытовало мнение, что безразличие к религиозной традиции составляет признак эмансипации. Образованные люди, которые постыдились бы признаться в полном незнании экономики и литературы, были, однако, горды полнейшим невежеством в области религии — либо же горды тем, что кроме нелепого набора выдумок да катехизиса они из воскресной школы ничего не вынесли. Отношение зависимости, которое мы обсуждали в предыдущем разделе, и это рафинированное пренебрежение приводят к одному и тому же: они изолируют человека, не позволяя творчески подойти к этой важной составляющей «мудрости предков». Эта ситуация плачевна не только для общества, но и для самой личности, потому что она крадет у человека большую часть его исторического тела, и свойственное сегодняшним людям чувство полной растерянности и неукорененности еще больше усиливается.

Поэтому нам важно спросить, будь мы рафинированными интеллектуалами или просто обеспокоенными людьми, ищущими опоры в эти времена смятения и потери ориентиров: «Как черпать из унаследованной традиции, чтобы не утратить личной свободы и ответственности?»

Один принцип, с которого можно начать, достаточно прост: чем лучше человек осознает себя, тем лучше он сможет усвоить мудрость отцов. Только слабые с точки зрения личной идентичности люди оказываются сломлены мощью традиции, они не выдерживают ее присутствия и потому либо капитулируют перед ней, либо отрезают себя от нее, либо восстают против нее. Наглядную иллюстрацию этому дают некоторые современные художники, отворачивающиеся от живописи эпохи Возрождения из страха, что она окажет на них влияние. Одной из отличительных черт силы быть собой является умение погрузиться в традицию и в то же время сохранить свою личную уникальность.

Вот этим и должна быть полезна для человека литературная, этическая и любая другая классика. Потому что сущность классического состоит в том, что оно поднимается из самых глубин человеческого опыта, что оно, как в случае с Исайей, Эдипом или «Путем» Лао-цзы, говорит с нами, живущими много веков спустя, голосом нашего собственного опыта, помогая нам лучше понять самих себя и обогащая нас, давая нам

возможность расслышать внутри нас самих отголоски, о существовании которых мы даже не подозревали. «Глубокие взывают к глубине», как говорит псалмопевец. Не обязательно буквально следовать концепции «архетипов» или «коллективного бессознательного» Юнга, чтобы согласиться, что чем глубже человек погружается в свой личный опыт (например, перед лицом смерти, или в моменты влюбленности, или в семейных отношениях), тем больше общего он обнаруживает со схожим опытом других людей, принадлежавших другим эпохам и культурам. Поэтому драмы Софокла, диалоги Платона и наскальные изображения оленей и бизонов в пещерах Южной Франции, выполненные рукой безвестного кроманьонского художника около 20 тысяч лет назад, могут отзываться в нас с большей силой и вызывать больший отклик, чем целая груда книг и картин пятилетней давности.

Но чем глубже человек постигает собственный опыт, тем самобытнее становятся его реакции и плоды его внутренней работы. Здесь мы наталкиваемся на явный парадокс, в котором каждый наверняка имел возможность убедиться, состоящий в том, что *чем более человек способен усвоить и пережить как личный опыт богатство, накопленное исторической традицией, тем своеобразнее становятся его знание себя и умение быть собой*.

Битва, поэтому, разворачивается не между свободой и традицией как таковыми. Вопрос, как и прежде, в том, как используют традицию. Если некто спрашивает: «Чего традиция (будь то этическая традиция, как десять заповедей или Нагорная проповедь, или традиция в искусстве, как импрессионизм) требует от меня?», он начинает применять традицию в авторитарном ключе. И тогда традиция не только задушит его жизненные силы и способность к творческим озарениям, но и послужит удобным предлогом избежать ответственности за свои поступки. А если некто спрашивает: «Что благодаря традиции я смогу узнать о человеческой жизни применительно к моему времени и моим проблемам?», он как свободный человек применяет накопленный исторической традицией кладезь мудрости для обучения и духовного обогащения самого себя.

Одна из первых вещей, которые нужны для творческого освоения унаследованной в религиозных традициях мудрости, состоит в том,

чтобы увести религиозные дискуссии от столь обветшалых форм, как спор о «вере в существование Бога». Склонность делать этот вопрос центральным, словно Бог лишь объект среди прочих объектов, чье существование можно доказать или опровергнуть точно так же, как мы доказываем или опровергаем математические теоремы или научные факты, выдает наше современное стремление дробить реальность на части. И потом, следуя завещанной нам Декартом дихотомии, мы придерживаемся мнения, что все должно быть доказуемо методами, пригодными для механики или физики.

Делать из Бога сущность, существо наряду с другими существами, обитающее где-то на небесах, значит придерживаться изжившего себя примитивного взгляда, полного противоречий и легко опровержимого. Пауль Тиллих в недавно опубликованной книге, которую многие ученые уже считают, вероятно, лучшей теологической работой XX века, утверждает, что доказательства существования Бога предполагают атеизм в той же мере, что и доказательства его несуществования. «Остаются атеистами и тогда, когда утверждают существование Бога, и тогда, когда отрицают его. Бог есть само бытие, а не какое-то бытие»[1].

Мы видим в религии допущение, что жизнь имеет смысл. Религиозность, или ее отсутствие, проявляется не в интеллектуальных или словесных формулировках, а в тотальной ориентированности человека на жизнь. Религией может стать все, что заботит человека превыше всего. Религиозная установка обнаруживает себя в те моменты, когда человек совершенно убежден, что человеческое существование строится вокруг ценностей, достойных того, чтобы за них можно было жить и умирать.

Разумеется, мы вовсе не утверждаем, что все религиозные традиции и догмы в равной мере конструктивны: они могут быть и деструктивными, примером чему служат религиозный пыл нацистов или инквизиции. Проблема, по-прежнему стоящая перед теологией, философией и этикой, которым помогают науки и история человечества, заключается в том, чтобы определить, какие верования являются наиболее

---

[1] *Пауль Тиллих*. Систематическая теология. University of Chicago Press, 1951. (*Примеч. авт.*)

конструктивными и лучше всего согласующимися с другими истинами о человеческой жизни. Точка зрения, которую мы отстаиваем, состоит в том, что психологически религию следует понимать как способ соотнесения с собственным существованием. «По плодам их узнаете их». Эрих Фромм очень точно подмечает: «Разница между верой мистика в Бога [под этим он подразумевает глубокую убежденность религиозного человека, а не вероучение о потустороннем мире] и разумной верой атеиста в человечество далеко не столь значительна, как разница между верой первого и верой кальвиниста, для которого вера в Бога уходит корнями в сознание немощи перед лицом Бога и в страх перед Божьим всемогуществом»[1].

Человек, способный творчески подойти к мудрости отцов, отраженной в этической и религиозной традиции, вновь открывает в себе умение *удивляться*. Очевидно, что нынешнему обществу сильно недостает способности активного, чуткого удивления. В этом проявляется одна из граней чувства пустоты и ненаполненности, столь часто испытываемого современным человеком.

Удивление можно описывать по-разному, начиная с утверждения Канта: «Две вещи наполняют душу всегда новым и все более сильным удивлением и благоговением, чем чаще и продолжительнее мы размышляем о них, — это звездное небо надо мной и моральный закон во мне» (с первым Фрейд бы согласился), и вплоть до подмеченного Аристотелем изумления, охватывающего нас, когда мы смотрим драматическую трагедию и когда в одно очищающее душу целое сливаются чувства жалости и сострадания. Хотя удивление, чудо не принадлежит исключительно религии, оно традиционно связывается с ней: и поэтому я бы рассматривал изумление, столь часто посещающее ученых или художников, как религиозный аспект этих иных призваний. Те, кто придерживается жестких взглядов на религиозные или научные истины, становятся более догматичными и утрачивают способность удивляться; те же, кто обретает «мудрость отцов», не отказываясь от личной свободы, обнаруживают, что изумление усиливает их жажду жизни и укрепляет их во мнении, что жизнь осмысленна.

[1] *Фромм Эрих*. Человек для себя. Rinehart & Company. С. 210. (*Примеч. авт.*)

Важность, придаваемая удивлению, прослеживается и в той высокой оценке, которую Иисус давал детскому восприятию: «Если не обратитесь и не будете как дети, не войдете в Царство небесное». В этом утверждении совсем нет ни «ребячества», ни «инфантилизма», оно отсылает к присущей ребенку способности удивляться, которую можно отыскать и у большинства зрелых и творчески развитых взрослых людей, будь они учеными, как Эйнштейн, или творцами, как Матисс. Удивление противоположно цинизму и скуке; оно является признаком того, что у человека мощная жизненная сила, что он способен интересоваться, ожидать нового, что он отзывчив. Это, по существу, установка на «открытость» — осознание, что жизнь более многогранна, чем представлялось прежде, опыт открытия новых, еще не освоенных горизонтов жизни, а также ее неизведанных глубин. Однако придерживаться этой установки нелегко. «Способность удивляться быстро оскудевает, — пишет Джозеф Вуд Кратч[1]. — ...Жизнь была бы намного богаче, чем она есть, если бы человек не был по своей природе существом, для которого вскричать "O altitudo!"[2] гораздо менее естественно, чем бросить "Ну и что с того?"».

Удивление напрямую связано с тем, что человек считает высшей ценностью и смыслом жизни. Даже если оно вызвано трагическими событиями, оно все равно не является негативным опытом; и поскольку, по существу, оно расширяет жизнь, главная эмоция, сопровождающая удивление, это радость. «Высшее, чего может достичь человек, это изумление, — заметил Гёте, — и если первофеномен заставляет его удивиться, пускай он будет тому рад; ничего более высокого он дать ему не в состоянии...»

Удивление также тесно связано со смирением — не тем псевдосмирением, которое свойственно покорности и которое обычно есть лишь оборотная сторона высокомерия, но со смирением человека широких взглядов, такого, который умеет принимать «данное», точно так же как и сам он, благодаря своим творческим силам, способен давать.

---

1 Кратч Джозеф Вуд (1893–1970) — американский журналист, критик, биограф. (*Примеч. ред.*)

2 O altitudo! — О глубина! (латинское изречение). (*Примеч. ред.*)

Древний термин «благодать» принимает здесь особенно широкий диапазон значений, несмотря на то что для большинства людей это слово настолько прочно слилось с обветшалыми формами вроде «благодать Божия», что утратило всякий смысл. Говорят о благодатном крае, о благодатном дожде, о благодати великодушия. Благодать есть нечто «данное», появление новой гармонии, и она непременно «побуждает сердце к изумлению».

Мы должны подчеркнуть, что, употребляя термины «изумление», «смирение», «благодать», мы не имеем в виду пассивного человека, который становится объектом чужих действий, как это иногда имеет место в традиционном религиозном поведении. В нашем обществе очень распространено ошибочное мнение, что человек «отдается» творческому опьянению, или любимому человеку, или религиозной вере. Словно под действием силы тяготения человек «падает» в любовь, или его нагоняют и ловят «небесные гончие», или же в моменты сочинения музыки или рисования его вдруг охватывает чувство, будто он «сам не свой». Удивляет одновременно и то, насколько в нашей культуре распространены эти стереотипы пассивности, и то, насколько они ошибочны. Любой художник, писатель или музыкант — все те, кто как раз и должен бы оказываться «вне себя», — скажет вам, что в моменты творческого опыта все происходит с высокой степенью осознанности и очень активным вовлечением с его стороны. Используя для сравнения сексуальную жизнь, можно представить ситуацию, в которой человек вступал бы в сексуальный контакт, «полностью отдавая самого себя», и при этом без всякой эрекции, совсем не шевелясь, а значит, и без всякой взаимосвязи с партнером. Такая пассивность совершенно бесполезна как в сексуальной, так и в любой другой сфере. Даже по степени отзывчивости можно заключить о живости. Музыка Крейслера безразлична сильно пьяному и тому, кто замкнулся в своем высокомерии или потерял чувствительность любым иным образом. И конечно, благодать или определенное качество любого опыта прямо пропорциональны тому, насколько активно человек в него вовлекается. Один пациент, проходивший курс терапии, смог выразить эту мысль просто, но красиво: «Благодать Божия состоит в умении меняться».

Подход, который мы рекомендуем здесь как творческое использование наследия прошлого, открывает возможность по-новому взглянуть на

совесть. Как известно любому, совесть в целом понимается как звучащий внутри человека негативный голос традиции — «Да не посмеешь!», доносящийся от Моисея на горе Синай, голос запретов, которым общество в течение сотен лет обучало своих членов. Поэтому совесть словно удавка человеческой деятельности.

Склонность рассматривать совесть как то, что говорит «нет» индивиду, когда тот намерен действовать, настолько укоренена, что срабатывает почти автоматически. Когда я обсуждал этот предмет со студентами колледжа, один студент заявил, что совесть вполне можно использовать положительно. Я согласился с ним и попросил привести примеры, он ответил так: «Когда не хочется идти на занятие, совесть говорит тебе, что это сделать нужно». На это я заметил, что приведенное предложение все-таки отрицательное. Тогда он задумался и привел второй пример: «Когда не хочешь учиться, совесть заставляет тебя». Поначалу он совершенно не заметил, что и этот пример был отрицательным. В обоих случаях совесть направляла свое действие *против* предполагаемого «желания» человека; была «надсмотрщиком», «кнутом». Главное же в том, что ни в одном из примеров, приведенных юношей, о совести не сказано ничего, что помогло бы увидеть в ней проводника, помогающего извлечь наибольшую пользу из занятия, или разглядеть в совести голос своих наиболее глубоких намерений и целей, связываемых человеком с получением образования и обучением.

Совесть — это не набор унаследованных запретов, стесняющих личность, душащих ее витальность и импульсы. Но не следует думать, что совесть полностью свободна от традиции, как было в либеральный период истории, когда считали, что каждое решение принимается de novo. *Совесть, напротив, есть доступная человеку способность нащупать наиболее глубокие уровни своей проницательности, этического чутья и сознания, так что традиция и непосредственный опыт оказываются не противопоставлены друг другу, а переплетены.* Этимология слова подтверждает эту мысль. Составленное из двух латинских слов, одно из которых значит «ведать, знать» (scire), а другое выражает «со» (cum), слово «совесть» очень близко термину «сознание». На самом деле, в некоторых странах, например в Бразилии, одно и то же слово («consciencia») используется и вместо «совести» [conscience], и вместо

«сознания» [consciousness]. Если Фромм считает, что совесть — это «призыв человека к самому себе», призыв здесь противопоставляется не исторической традиции как таковой, но авторитарному применению традиции. Потому как перед человеком открыта возможность следовать традиции, и покуда это остается так, традиция выступает помощником человека в деле получения им своего собственного опыта наивысшей осмысленности.

Тем самым мы стремимся подчеркнуть положительные черты совести — совести как индивидуального метода, при помощи которого в глубине самих себя постигают мудрость и достигают озарений, совесть как «раскрытие», проводник к более всеохватным формам опыта. Именно на это ссылался Ницше, бросая победный клич «*по ту* сторону добра и зла», это имел в виду Тиллих, вводя понятие *транс*моральной совести. С этой точки зрения теряет истину утверждение «совесть делает из всех нас настоящих трусов». Скорее, совесть — это стержневой корень мужества.

Человеческая способность ценить

Некоторые читатели по ходу нашей дискуссии об утрате обществом ценностных ориентиров могли прийти к мысли, что в этой ситуации нужно попросту выработать новые ценности. Тогда как другие могли подумать: «Нет ничего плохого в ценностях прошлого, таких как любовь, равенство и братство между людьми. Нам нужно всего лишь возродить эти ценности».

Обе эти мысли уводят нас от главной проблемы, а именно, что современный человек почти утратил саму способность жить в соответствии с *какими бы то ни было* ценностями, верить в них. Вне зависимости от того, насколько важным содержанием наполнены ценности или насколько приемлемыми они выглядят на бумаге, индивиду прежде всего необходима соответствующая способность, то есть *умение ценить*. Триумф варварства в таких движениях, как гитлеровский фашизм, произошел не потому, что люди «предали забвению» этические традиции нашего общества, словно где-то был утерян кодекс правил. Гуманистические ценности свободы и максимального блага для большинства, иудеохри-

стианские ценности общинной жизни и любви к чужакам по-прежнему оставались в книгах, по-прежнему преподавались в воскресных школах, и не требовалось организовывать археологическую экспедицию, чтобы извлечь их из земли. Скорее люди утратили, как мы отмечали в главе 2, внутреннюю способность *принимать*, постигать ценности и цели на опыте как реальные и имеющие для них значение.

Есть что-то искусственное в призыве «отыскать» ценностный центр, словно речь идет о покупке нового пальто. Попытка отыскать ценности вне самого себя обычно напрямую приводит индивида к вопросу, что группа ожидает от него: какого «стиля» следует придерживаться сегодня как при выборе ценностей, так и при выборе фасона пальто? А это, как мы видели, — неотъемлемая часть скатывания нашего общества к опустошенности.

Есть даже что-то неправильное в словосочетании «спор о ценностях». Человек не обретает свои ценностные убеждения в ходе интеллектуальных дебатов. Те вещи в жизни человека, которые действительно выступают для него ценностями — дети и любовь к ним и их ответная любовь, удовольствие, которое он способен испытать как зритель спектакля, слушатель музыки, игрок в гольф, гордость за свою работу — все это для него реально. Вероятно, любая теоретическая дискуссия о ценности любви к детям, удовольствия от музыки покажется ему бессмысленной, а то и вовсе неуместной. Если надавить на него, он, вероятно, ответил бы: «Я ценю любовь к детям, потому что я на самом деле *испытываю* ее», а если вывести его из себя расспросами, он мог бы сказать: «Если вы никогда не переживали таких вещей, объяснить их вам я не смогу». В реальной жизни подлинная ценность есть то, что мы переживаем в привязке к нашей деятельности, а любое словесное обсуждение ее оказывается весьма вторично.

Мы вовсе не намерены ни «психологизировать» ценности, ни утверждать, будто все, к чему человек имеет склонность в данный момент, является «хорошим» или «истинным». Не намерены мы и принижать роль наук о человеке, равно как философии и религии, в изучении ценностей. Разумеется, я убежден в том, что необходимы совместные усилия этих дисциплин, чтобы разрешить столь важный стоящий перед

нами вопрос: каких ценностей современный человек может придерживаться в жизни?

Но мы настаиваем на том, что до тех пор, пока сам индивид не сумеет утвердиться в той или иной ценности, до тех пор, пока его внутренняя мотивация, его этическая осознанность не станут отправным пунктом, любой разговор о ценностях мало к чему приведет. Этические суждения и принимаемые на их основе решения должны быть следствием присущего самому индивиду умения ценить. Только если он сам утвердит, на всех уровнях своей личности, тот или иной образ действий как часть своего взгляда на вещи и решит соотноситься с ним, только в этом случае ценность будет иметь силу и непреложность в его жизни. И это единственный способ *научиться* на своих поступках, как лучше поступать в следующий раз, ведь когда мы действуем автоматически или по правилам, мы закрываем глаза на детали, новые возможности, неповторимость всякой ситуации в сравнении с другими. Более того, лишь когда человек выбирает поступок, сознательно намечает цель, только тогда его поступок будет исполнен твердой уверенности и силы, потому что лишь в этом случае он по-настоящему поверит в то, что делает.

Человека и вправду стоит называть «оценивающим», говорил старый Заратустра: «Ни один народ не мог бы жить, не сделав сперва оценки: если хочет он сохранить себя, он не должен оценивать так, как оценивает сосед... Оценивать — значит созидать: слушайте, вы, созидающие! Оценивать — это драгоценность и жемчужина всех оцененных вещей».

Давайте же присмотримся получше, *как* человек совершает нравственный выбор. Любой поступок содержит бесконечное количество детерминирующих элементов, в этом сомнений нет, но в момент принятия личного решения происходит что-то такое, что не является простым продуктом этих обусловливающих сил.

Возьмем для примера человека, который спешит на отплывающий пароход, поскольку должен принять участие в конференции, но вот по пути на корабль он натыкается на пикет бастующих манифестантов. Предположим, что стачка вызвана какой-то сложной проблемой, затра-

гивающей вопросы справедливости, как было, например, в недавнем случае в порту Нью-Йорка, когда схлестнулись два профсоюза портовых рабочих. Давайте допустим также, что человек оказывается перед серьезной нравственной проблемой — следует ли ему пройти сквозь пикет? Он может перебрать сотню аргументов, пытаясь определить, оправданна ли эта стачка, он может сто раз взвесить, так ли уж ему необходимо ехать, либо же рассмотреть все варианты с альтернативными видами транспорта. Но в миг принятия решения, подниматься на борт или нет, он собирается в единое целое и берет на себя весь риск. И риска не удастся избежать, какое бы решение он ни принял. Действие, как прыжок в воду, совершается личностью целиком либо не совершается вовсе. Разумеется, мы говорим, несколько идеализируя; многие люди склонны были бы поступить по правилам «Я никогда не иду сквозь линию пикета» или: «Черт бы побрал этих забастовщиков», чтобы, рационализируя, попытаться ускользнуть от ответственности, к которой взывает ситуация. Но в той мере, в какой личность способна задействовать свои человеческие способности в любой конкретной ситуации, а значит, совершать полностью осознанный выбор, она принимает решение как относительное целое. Момент цельности проистекает не просто из интеграции человека как личности, хотя чем старше он становится, тем более способен действовать именно так. Скорее он проистекает из того факта, что любое осознанно выбранное действие является, так сказать, помещением себя на «линию старта»; оно требует ответственного участия, до известной степени «прыжка». Человек словно говорит: «Я постарался вспомнить все, что считаю правильным, и в этот миг я поступаю так, даже если завтра буду знать больше и поступлю иначе».

Выбор, совершаемый человеком, сам становится новым штрихом в картине. Конфигурация поменялась, пускай и столь незначительно; некто бросился на одну из чаш весов. В этом состоит творческий и динамический аспект принятия решений.

Всем известно, что человек подвержен влиянию большого числа «бессознательных» сил. Но часто упускают из виду, что сознательно принимаемые решения, если их принимают твердо, а не в спешке или назло, могут отклонять траектории, по которым действуют силы бессознательного.

Ярчайшую иллюстрацию этому дают сновидения человека в ходе терапии в ситуации, когда этот человек месяцами не мог принять решение и, скажем, покинуть отчий дом и найти работу. В течение этого периода все сновидения разбивались примерно на две равные половины: одни были против и призывали не покидать дом, а другие — за, призывая съехать. В конце концов он принимает решение покинуть дом, и внезапно сновидения все как одно оказываются на стороне «за», словно сознательное решение дало выход каким-то «бессознательным» силам[1]. Похоже, что в нас скрыты возможности оздоровления, которые остаются нереализованными до тех пор, пока мы не примем сознательное решение. Аллегорически выражаясь, принимаемое индивидом решение похоже на решение израильтян сражаться с армией Сисары: «С небес сражались звезды, с путей своих с Сисарой воевали», хотя это случилось лишь после того, как израильтяне приняли решение сражаться.

Нравственный поступок, поэтому, должен быть таким действием, которое выбирает и с которым согласен совершающий его человек, поступок, который является выражением его внутренних мотивов и установок. Он честен и подлинен, поскольку нашел бы себе подтверждение как в сновидениях, так и в часы бодрствования. Поэтому нравственный человек не таков, что на сознательном уровне он кого-то любит, а на уровне бессознательного — ненавидит. Разумеется, никакая целостность не бывает совершенной; любое человеческое действие в известной степени всегда амбивалентно, и никакие мотивы не бывают полностью чисты. Нравственное действие не означает, что человек либо непременно поступает как *полностью* единое существо, которое абсолютно не сомневается, либо не совершает поступков вовсе. Всегда имеют место борьба, сомнение, конфликт. Речь лишь о том, что человек попытался насколько возможно действовать из «центра» самого себя, что он признаёт и сознает тот факт, что его мотивы не до конца ясны, а значит, берет на себя ответственность прояснить их в дальнейшем, когда приобретет больше опыта.

---

[1] Конечно, также может возникнуть и реакция — паттерн несколько иного характера, который, однако, не опровергает сказанного выше. Как правило, реакция является сильной, лишь когда решение принято слишком поспешно, то есть до того, как человек был готов к нему на всех уровнях. (*Примеч. авт.*)

Фокусируясь на внутренних мотивах моральных поступков, современная психотерапия с ее открытиями находит прямую параллель в этическом учении Иисуса. Потому что центральным моментом этики Иисуса было смещение фокуса с *внешних* по своему характеру предписаний десяти заповедей на *внутренние* по своему характеру мотивы. «Больше всего хранимого храни сердце твое, потому что из него источники жизни». Этические проблемы, вокруг которых строится жизнь, не заключаются в простом «Не убий», но скорее представляют внутренние установки по отношению к другим людям — злость, обида, эксплуататорское «вожделение в сердце твоем», «злоречивость», «ревность» и т. д. Цельность человека, чьи внешние действия составляют одно с внутренними мотивами, — как раз то, что в Заповедях блаженства называется «чистый сердцем». Поэтому Кьеркегор дает одной из своих маленьких книг название «Чистые сердцем желают одного», она представляет собой размышление над цитатой из Библии, которую он переводит так: «Очистите сердца ваши, вы, двоедушные».

Некоторых отпугнет свобода, открывающаяся при таком ориентированном на внутренний мир понимании этики, они почувствуют страх перед ответственностью, которая ложится при этом на плечи человека, принимающего решения. Возможно, они устремятся к «правилам», абсолютам, «твердому древнему закону», как его называет инквизитор, который освобождает нас от «страшного бремени свободы». И в тоске по правилам некто может воскликнуть, протестуя: «Ваша этика внутренних мотивов и личных решений ведет к анархии — ведь тогда каждый может поступать как ему вздумается!» Но с помощью такого аргумента нельзя избежать свободы. Потому как разница между тем, что считает «честным» и «истинным» отдельный человек, и тем, что почитают за истину другие люди, не столь уж велика. Доктор Тиллих утверждал, что «принципы, на которых держится Вселенная, следует искать в человеке», но верно и обратное: что может быть найдено в человеческом опыте, до известной степени отражает истины Вселенной.

Это можно наглядно проиллюстрировать на примере искусства. Картина никогда не будет прекрасной, если она не откровенна, и в той мере, в какой она откровенна, то есть отображает непосредственные, глубокие и самобытные ощущения и опыт художника, в ней будут запечатлены

следы прекрасного. Поэтому-то рисунки детей, когда они становятся выражением их простых и искренних чувств, почти всегда прекрасны: любая линия, которую человек проведет как свободная, спонтанная личность, уже содержит в себе толику изящества и ритма. Гармония, баланс, ритм, пронизывающие Вселенную, обнаружимые в движении звезд и атомов, лежащие в основе наших представлений о прекрасном, точно так же наличествуют в гармонии, ритме и балансе тела, равно как и в других аспектах личности. Но в тот момент, когда ребенок начинает срисовывать, либо рисовать ради родительской похвалы, либо рисовать по правилам, линии становятся скованными, зажатыми, и грация испаряется.

Зерно истины, которое содержит религиозная традиция «внутреннего света», в том, что человек всегда должен начинать с себя. «Никто не постиг Бога, — говорил Мейстер Экхарт, — кто не постиг самого себя: беги в душу как в тайное прибежище Всевышнего». Приписывая эту истину Сократу, Кьеркегор пишет: «В согласии со взглядом Сократа, каждый человек есть центр самому себе, и весь мир находит в нем центр, поскольку у него познание самого себя является познанием Бога». История этики и праведной жизни этим еще не рассказана до конца, но несомненно одно: если мы не начнем свой путь отсюда, мы не придем никуда.

ГЛАВА 7

Мужество как сильная сторона зрелости

Во все времена мужество было простой добродетелью, необходимой человеку, чтобы пройти тернистой тропой от младенчества до личностной зрелости. Но в эпоху страха, в эпоху стадной морали и личной изоляции мужество есть *sine qua non*. Во времена, когда нравы общества представляли более надежную опору, индивид, проходя через кризисы развития, был более защищен; но в переходные периоды, подобные нашему, индивид предоставлен сам себе уже с раннего возраста и на долгие годы вперед.

Представляется любопытным посвятить отдельную главу мужеству, поскольку тенденция последних десятилетий состояла в том, чтобы задвигать мужество на полку всех старомодных рыцарских добродетелей либо, по меньшей мере, отводить ему место в числе добродетелей, необходимых юношам-спортсменам или воюющим солдатам. Но нам удалось обойтись без мужества только потому, что мы слишком упростили жизнь: мы подавили мысли о смерти, убедили себя в том, что счастье и свобода придут к нам сами собой, и предположили, что одиночество, тревога и страх всегда были невротическими проявлениями, которые можно преодолеть, приспособившись. Действительно, невротическая тревожность и чувство одиночества могут и должны быть преодолены: главным образом, для этого требуется мужество предпринять первые шаги к тому, чтобы получить профессиональную помощь. И при этом по-прежнему остается нормальный опыт тревоги, с которым сталкивается любой развивающийся человек, и мужество нужно именно для того, чтобы столкнуться с ним, а не обратиться

в бегство. Мужество — ключевая добродетель для любого, кто не останавливается в своем росте, в движении вперед; оно представляет, по выражению Эллен Глазгоу[1], «единственную устойчивую добродетель».

Мы не имеем здесь в виду мужество, с которым встречают какую-то внешнюю угрозу, например войну или атомную бомбу. Для нас мужество — это внутреннее качество, способность трезво оценить себя и свои возможности. Как только человек проявит мужество в отношении самого себя, он научится с большим хладнокровием встречать исходящие извне угрозы.

Мужество быть собой

Мужество — это способность справиться с тревогой, усиливающейся по мере достижения свободы. Оно состоит в желании отделиться, в стремлении уйти из безопасных областей родительского покровительства к новым высотам свободы и интеграции. Потребность в мужестве заявляет о себе не только на тех этапах, когда разрыв с родительской опекой наиболее очевиден — в периоды осознания себя, начала учебы в школе, в подростковом возрасте, во время кризисов на почве любви, брака и понимания неизбежности смерти, — но и на каждом шагу между этими этапами, по мере того как человек покидает знакомую местность, подходя к границе, которую он пересечет в своем движении к неизведанному. «В конце концов, мужество, — как отлично заметил нейробиолог доктор Курт Гольдштейн[2], — есть не что иное, как утвердительный ответ на шоковое воздействие со стороны самого существования, которое необходимо выдержать, чтобы актуализировать собственную природу».

---

[1] Глазгоу Эллен Андерсон Голсон (1873–1945) — американская писательница, в своих романах описывала жизнь южных штатов США. Обладательница Пулитцеровской премии 1942 г. (*Примеч. ред.*)

[2] Гольдштейн Курт (1878–1965) — немецкий и американский невролог и психиатр. На основании данных, полученных в военном госпитале в Первую мировую войну, предположил, что неповрежденные части мозга можно использовать для компенсации функций поврежденных участков. (*Примеч. ред.*)

Противоположность мужества — не трусость: последняя скорее есть недостаток мужества. Сказать, что человек труслив, имеет не больше смысла, чем сказать, что он ленив: это попросту указывает на то, что какая-то часть жизненного потенциала не находит реализации или же заблокирована. Противоположность мужества для нас, пытающихся понять проблему в обстоятельствах нынешней эпохи, состоит в автоматическом послушании.

Мужество быть собой едва ли встречает восторженный прием как высшая ценность сегодняшнего дня. Одно из препятствий состоит в том, что многие люди по-прежнему ассоциируют этот вид мужества с ханжескими манерами человека конца XIX века, человека, который сделал себя сам, либо же с непременно смехотворной, сколь бы искренности в нее ни вкладывали, темой «Я — властелин своей судьбы», как в стихотворении «Непокоренный»[1]. С какой благосклонностью люди взирают сегодня на человека, твердого в своих убеждениях, становится ясно по таким оборотам, как «поставить себя под удар». Главный смысл этой фигуры речи в том, что любой проходящий мимо может махнуть клинком и отсечь беззащитно торчащую голову. Или же люди говорят о тех, кто идет до конца в своих убеждениях: «рисковать, взбираясь на сук». И вновь, что за картина! Единственное, что может предпринять вскарабкавшийся на сук — либо отползти назад, либо спилить его и рухнуть на землю подобно несчастному Икару, мученически и, вероятно, напрасно пожертвовав собой, либо же остаться на суку, питаясь листьями, как индуист, и выслушивая насмешки народа, не очень-то уважающего сидение на деревьях, пока сук не сломается под навалившимся грузом.

В обоих выражениях вскрывается тот факт, что страшнее всего оказаться вне группы, высунуться, не вписаться в нее. Людям недостает мужества оттого, что они боятся оказаться в изоляции, одиночестве, или оттого, что они могут стать «социально изолированными», то есть

---

[1] Invictus («Непокоренный») — стихотворение, написанное английским поэтом Уильямом Эрнстом Хенли (1849–1903) в 1875 г. В этом году поэту ампутировали ногу из-за осложнений туберкулеза и возникла угроза ампутации второй ноги. После ряда хирургических операций вторую ногу удалось спасти. В процессе выздоровления Хенли написал это стихотворение, в котором есть строка «Я — властелин своей судьбы». (*Примеч. ред.*)

послужить объектом насмешек, осмеяния и отвержения. Если нырнуть обратно в толпу, все эти опасности исчезнут. И угроза оказаться в изоляции вовсе не безобидна. Доктор Уолтер Кеннон[1] в своем исследовании «смерти вуду» показал, что для первобытных людей психологическая изоляция от общества могла быть смертельной в буквальном смысле. Известны случаи, когда туземец, которого его соплеменники подвергали социальному остракизму и вели себя так, будто он перестал для них существовать, в действительности начинал чахнуть и затем умирал. Уильям Джеймс далее напомнил нам, что в выражении «быть сраженным насмерть» общественным порицанием больше правды, чем поэзии. Поэтому вовсе не является невротическим вымыслом тот факт, что люди смертельно боятся отстаивать свои убеждения ценой риска быть отторгнутыми той группой, к которой они принадлежат.

Сегодня мы недостаточно понимаем дружелюбное, теплое, глубоко личное, самобытное и конструктивное мужество, которое проявляли Сократ или Спиноза. Нам нужно вновь научиться понимать положительные аспекты мужества как внутренней стороны роста, как конструктивного пути к тому, чтобы сперва стать собой, а вслед за этим обрести силу отдавать себя. Поэтому если в настоящей главе мы делаем акцент на умении отстаивать свои убеждения, мы вовсе не имеем в виду жизнь в вакууме обособленности; на самом деле мужество является основой, на которой выстраиваются любые созидательные отношения. Возьмем для примера сексуальную сторону любви: нам удалось подметить, что многие проблемы, связанные с нарушением потенции у мужчин, возникают от страха перед женщинами, связанного со страхом перед их матерью; источник тревожности символически может быть выражен через страх утратить пенис в момент его погружения в вагину, страх перед женским доминированием либо же страх стать зависимым от нее и т. д. В рамках терапии происхождение каждой из этих проблем становится предметом тщательной проработки. Но когда работа проделана, а невротический страх побежден, результатом становится то, что мужество отныне идет рука об руку с умением испытывать чувства

[1] Кеннон Уолтер Брэдфорд (1871–1945) — американский психофизиолог, работал в Гарвардской медицинской школе. Автор термина «реакция “бей или беги”». (*Примеч. ред.*)

к другому, и такое мужество, на примере сексуальных отношений, в буквальном и символическом виде проявляется в наличии эрекции, а также в уверенности, столь нужной для полового акта. Сексуальная аналогия сохраняет свою силу и для других жизненных ситуаций: мужество требуется не только для утверждения самого себя, но и для дарения себя другим.

Со времен античного мифа о Прометее человечество осознало, что созидание требует мужества. Бальзаку, который хорошо знал эту истину по собственному опыту, удалось дать ей столь яркое описание, что мы хотим, чтобы его слова сказали все за нас:

«Качество, превыше всех остальных достойное величайших почестей в искусстве — и этим словом мы обязаны объединить любые творения духа, — есть мужество; то мужество, о котором посредственные умы не имеют никакого понятия и которое, быть может, впервые находит свое выражение в этих строках... Замышлять, выдумывать и воображать изящные произведения — разумеется, приятное времяпрепровождение... Однако зачать, родить, вырастить дитя творения, укладывать его в колыбель, сполна напоив молоком, каждое утро забирать его вновь с неистощимой любовью матери, вылизывать его до чистоты, сотни раз одевать его в милые одежки, которые оно вновь и вновь рвет на части; ни разу не быть сломленным конвульсиями столь безумной жизни и сделать из него оживший шедевр, доступный любому взгляду в скульптуре, или же любому уму в литературе, или же любому воспоминанию в живописи, или же любому сердцу в музыке — вот задача, требующая мастерства. Рука, готовая моментально откликнуться на веление ума. Мгновения же, когда ум готов созидать, не приходят по велению... И работа — изнурительная борьба, разом пугающая и любимая теми утонченными и сильными натурами, которых часто постигает участь оказаться сломленными этим невероятным напряжением... Если художник не бросает всего себя в работу, как солдат устремляется в брешь, не размышляя; и если, оказавшись в воронке, он не роет, как оказавшийся под завалами камней рудокоп... работа никогда не будет доведена до завершения; она исчезнет в мастерской, где творчество становится невозможным, а художник становится свидетелем самоубийства своего собственного дарования... И именно по этой причине

равно велики награда, триумф и лавры, которыми венчают великих поэтов и великих генералов»[1].

Сегодня благодаря психоаналитическим исследованиям мы знаем то, чего не знал Бальзак: одной из причин, по которым созидательная деятельность требует столь большого мужества, является тот задел, который должен быть создан для освобождения от сковывающих цепей нашего детского прошлого, чтобы мы сумели разрушить старое и дать место новому. Ведь создание внешних произведений в искусстве, в деловой и любой другой сфере и созидание самого себя, то есть развитие своих способностей, достижение большей свободы и принятие большей ответственности, две стороны одного процесса. Любой подлинно созидательный акт означает достижение более высокого уровня самосознания и личной свободы, а это, как мы видели на примере мифов о Прометее и Адаме, может быть чревато тяжелыми внутренними конфликтами.

Художник-пейзажист, чьей главной проблемой было освободиться из тисков собственнически настроенной матери, в течение многих лет мечтал, но не отваживался писать портреты. Наконец, собрав свое мужество в кулак, он «нырнул» и за три дня закончил несколько портретов. Они оказались превосходными. Но, к своему большому удивлению, помимо сильного чувства радости он испытал *тревогу*. На третью ночь он увидел сон, в котором его мать велела ему совершить самоубийство, и он звонил своим друзьям попрощаться, исполненный ужасного одиночества. В сущности, сновидение говорило ему: «Создавая, ты покинешь пределы известного, ты станешь одиноким и умрешь; лучше оставаться в рамках известного и не творить». Когда мы понимаем природу этой мощной бессознательной угрозы, становится показательным, что он еще месяц не мог вернуться к написанию портретов — пока не сумел окончательно превозмочь натиск тревоги, проявившийся в сновидении.

В великолепном пассаже Бальзака есть одно место, с которым мы склонны не согласиться, а именно: «посредственные умы не имеют

[1] *Оноре де Бальзак*. Кузина Бетта. New York, Pantheon Books. С. 236–238. (*Примеч. авт.*)

понятия» о мужестве. Эта ошибка проистекает из отождествления мужества с такими очевидно производящими глубокое впечатление поступками, как исполнение воинского долга или титанический труд Микеланджело по росписи сводов Сикстинской капеллы. Обладая современными знаниями в области бессознательного функционирования психики, мы можем утверждать, что борьба, требующая мужества, сопоставимого с тем, которого требует от солдата его долг, разворачивается в сновидениях и глубинных конфликтах любого человека в те периоды, когда перед ним стоит трудный выбор. Закреплять мужество лишь за «героями» и творцами — значит обнаруживать, как мало известно человеку о головокружительных глубинах, присущих внутреннему развитию практически любого живого существа. Мужество требуется на каждом шагу человеческого движения от массы — символической матки — к самостоятельной личности; здесь каждый шаг — словно мучительные схватки собственных родов. Мужество — неважно, солдата ли, рискующего жизнью, или ребенка, отправляющегося в школу, — всегда означает способность *отпустить* известное и безопасное. Мужество требуется не только для принятия решения, важного с точки зрения свободы человека, но и для тех незаметных ежечасных решений, которые по кирпичику закладывают фундамент того здания, которым станет он сам как свободная и ответственная личность.

Поэтому мы не говорим о героях. Разумеется, тривиальные проявления героизма, как, например, безрассудность, зачастую являются продуктом чего-то, сильно отличающегося от мужества: во время последней войны «удалые» пилоты воздушных войск, которые, по всей видимости, были большими храбрецами и шли на риск, зачастую оказывались людьми, не способными преодолеть тревогу за счет внутренних ресурсов, что и пытались компенсировать, подвергая себя опасности и совершая необдуманные поступки. Мужество непременно нужно рассматривать как внутреннее состояние; в противном случае можно сильно ошибиться, судя лишь по действиям. С внешней точки зрения Галилей пошел на компромисс с инквизицией, согласившись отречься от своего утверждения, что Земля вращается вокруг Солнца. Но значение имеет лишь то, что внутренне он остался свободным, о чем свидетельствует, если верить легенде, брошенное им: «И все-таки она вертится». Галилей смог продолжить работу, и никто со стороны не в силах определить,

какое решение значит отречение, а какое — сохранение свободы. Допустим, что искушение отказаться от свободы могло прозвучать как внутренний голос, нашептывавший Галилею: «Не отрекайся — умри мучеником и представь, какое облегчение — не заниматься больше научными открытиями!»

Ибо сохранение внутренней свободы, нескончаемое внутреннее путешествие в поисках новых миров требуют больше мужества, чем намерение стоять до конца за внешнюю свободу. Зачастую проще сыграть мученика, ринувшись в пыл боя. Может показаться странным, но устойчивое, терпеливое наращивание свободы, вероятно, вообще самая сложная задача, требующая высшего мужества. Поэтому если слово «герой» и встречается в нашей дискуссии, под ним следует подразумевать не человека, совершающего выдающиеся поступки, а те героические элементы, которые потенциально присутствуют в каждом человеке.

Не является ли любая форма мужества по сути моральным мужеством? То, что обычно называют физическим мужеством, имея в виду способность переносить физическую боль, может объясняться попросту различием в болевом пороге. Боль лишь незначительно влияет на то, хватит ли мужества детям или подросткам принять бой. Это зависит скорее от того, решится ли ребенок на поступок, рискуя вызвать родительское неодобрение, сможет ли он вынести увеличившееся на одного врага чувство одиночества, а может, и от того, состоит ли его бессознательно отведенная самому себе роль, принимая которую он обретает чувство уверенности, в том, чтобы постоять за себя, либо же в том, чтобы угодить другим своей готовностью подыгрывать, «играть слабака». Люди, которым доводилось самозабвенно драться, не испытывая внутренних конфликтов, рассказывают, что обычно физическая боль исчезает в пылу схватки. И не является ли на самом деле так называемое физическое мужество при смертельном риске мужеством моральным — мужеством пожертвовать собой ради ценности, превышающей ценность человеческой жизни как таковой, и, таким образом, мужеством добровольно отказаться от собственной жизни, если потребуется?

Мой клинический опыт показывает, что самое большое препятствие для обретения человеком мужества состоит в том, что он примеряет на

себя образ жизни, не проистекающий из его собственных возможностей. В этом можно убедиться на примере молодого человека, обратившегося к психотерапевту из-за гомосексуальных тенденций, сильного чувства тревоги и изоляции, а также бунтарских вспышек, которые часто мешали ему работать. В детстве сверстники считали его неженкой, он никогда не давал сдачи, несмотря на то что подвергался нападкам со стороны одноклассников практически ежедневно. Он был младшим ребенком в семье с шестью детьми, у него были четыре старших брата и сестра, немного старше его. Сестра умерла в раннем детстве, и мать, которая очень хотела родить девочку после четырех мальчиков подряд, была безутешна. Тогда она стала относиться к младшему сыну как к девочке, одевать его по-девичьи. Вполне понятным следствием этого стало развитие у него женских интересов, отсутствие стремления заниматься спортом с другими мальчишками, нежелание драться, даже несмотря на то что старшие братья обещали ему за это деньги: *он ни в коем случае не хотел подвергать опасности свое положение при матери*. Ему было очевидно, что принятие и поддержка лишь возрастут, если он будет действовать в соответствии с предложенной ему ролью девочки: на что он мог рассчитывать как пятый мальчик в семье?! Его мать заранее отвергла его за то, что он не оказался девочкой; если бы он вел себя как мальчик, он стал бы для нее объектом ненависти как символ того, что у нее нет дочери, и как напоминание, что малышка умерла. Возложенные на него ожидания, находящиеся в явном противоречии с его врожденными мужскими качествами, вели к усилению затаенного чувства обиды, ненависти, а затем и к бунту — хотя ни о чем подобном он не мог сказать матери напрямую. Почву, на которой должна была произрастать его мужественность, выбили у него прямо из-под ног. И уже как взрослый человек он демонстрировал большое мужество в общественной жизни: он бросался в самое сердце сражения, когда дело касалось соперничества с мужчиной. Но он цепенел от ужаса всякий раз, когда перед ним возникала пожилая дама, то есть заместитель матери — на тот момент его мать уже скончалась. Он совершенно не мог допустить порицания и отторжения со стороны созданного его же психикой образа матери.

Таким образом, человек не способен ни понять, *во что* он верит, не говоря уже о способности отстаивать свои убеждения, ни узнать, в чем

заключаются его возможности, ибо всю жизнь он смотрел на себя глазами родителей и придерживался отведенной ими роли — этот образ он несет с собой и культивирует внутри себя. Его мужество — пустота, предшествующая любому совершаемому действию, поскольку для мужества внутри него нет никакой подлинной основы.

В нормальной ситуации ребенок может предпринимать каждый новый шаг на пути дистанцирования от родителей, на пути становления личности, без невыносимого чувства тревоги. Как он учится взбираться по ступенькам, игнорируя боль и фрустрацию от нескончаемой череды падений, чтобы в конце концов преуспеть и радостно засмеяться, точно так же в нем постепенно, с каждой преодоленной ступенькой растет чувство психологической самостоятельности. Зная, что родители его любят, чувствуя, что они придут на помощь, которая будет пропорциональна степени его несамостоятельности, он обретает силу преодолеть возникающие в отношениях с родителями кризисы или такой стресс, как начало учебы в школе, и его крепнущее мужество не бывает ими задавлено. От него не требуется брать на себя больше, чем он может. Но если сами родители испытывают потребность, как в нашем примере с матерью, навязать ребенку роль, или доминировать над ним, или делать его объектом гиперопеки на почве собственной тревожности, задача ребенка становится гораздо сложнее.

Родители, которые внутренне, зачастую бессознательно, сомневаются в собственных силах, склонны ожидать от своих детей, что те станут особенно мужественными, независимыми и агрессивными; может, они купят сыну боксерские перчатки или будут с раннего возраста водить его в спортивные секции и всячески призывать стать «мужчиной», которым, как они внутренне чувствуют, они не стали сами. В целом и родители, оказывающие на ребенка давление, и родители, склонные проявлять гиперопеку, своими действиями громче всяких слов демонстрируют, насколько они сами не верят в его самостоятельность. Но ребенок не сумеет развить в себе мужество ни под тотальной опекой, ни под принуждением. Он может развить в себе упрямство или склонность к травле. Но его мужество растет лишь благодаря уверенности — как правило, не высказанной вслух — в своих собственных силах и неотъемлемых человеческих качествах. Такая уверенность появляется

на почве родительской любви и их веры в его потенциал. Ему нужны не гиперопека и понукания, а помощь в применении и развитии его собственных сил, и самое важное — чувство, что родители смотрят на него как на самоценную личность и любят его за присущие именно ему способности и сильные стороны.

Конечно, лишь в редких случаях родители требуют от ребенка принять роль противоположного пола. Гораздо чаще их ожидания состоят в том, чтобы ребенок достиг благополучия по меркам той социальной группы, к которой они сами принадлежат: чтобы он получал хорошие оценки, был избран в какое-нибудь сообщество своего университета, был во всех отношениях «нормальным», чтобы о нем не ходили пересуды, чтобы он нашел подходящую пару для брака или продолжил отцовское дело. И когда сын или дочь соответствуют этим ожиданиям, даже если они, скажем, не очень-то в них верят, они, как правило, рационализируют свои действия, говоря, что им необходима родительская поддержка, финансовая или иная. Но на более глубоком уровне обнаруживается другой мотив, который имеет большее значение с точки зрения проблемы мужества. А именно: жить в соответствии с родительскими ожиданиями есть способ добиться от них одобрения и похвалы, оставаясь для родителей «зеницей ока». Тщеславие и нарциссизм — враги мужества.

Мы определяем тщеславие и нарциссизм как компульсивную потребность в похвале и одобрении: такие люди отказываются от мужества. Тщеславный нарцисс со стороны производит впечатление человека, который гиперопекает сам себя, не берет на себя никакие риски и действует как трус, поскольку обладает завышенной самооценкой. Но в реальности дело обстоит как раз наоборот. Такому человеку приходится хранить себя как некий товар, за который ему заплатят нужными ему похвалой и благосклонностью, потому что без материнской или отцовской похвалы он чувствует себя никчемным. Мужество проистекает из чувства собственного достоинства и самоуважения; и человек бывает лишен мужества, оттого что он думает о себе слишком плохо. Люди, которые постоянно испытывают потребность, чтобы другие говорили: «Он такой милый», или такой умный, или хороший, или: «Она такая красавица», суть люди, которые заботятся о себе не из любви,

но поскольку красивое лицо, острый ум или галантность могут быть обменяны на одобрительный родительский кивок. Это ведет к самопрезрению: и поэтому многие одаренные люди, чьи исключительные качества завоевали одобрение публики, во время терапии признаются с глазу на глаз в том, что они чувствуют себя самозванцами.

Тщеславие и нарциссизм — компульсивная потребность в похвале и одобрении — подтачивают мужество, поскольку такой человек сражается не за свои, а за чужие убеждения. В японском фильме «Расёмон»[1] муж и разбойник бьются с полной отдачей, когда решение драться было принято каждым из них самостоятельно. Но в другой сцене, где жена насмехается над их мужской доблестью, и они дерутся друг с другом, потому что каждый становится заложником компульсивного стремления завоевать одобрение, тогда они сражаются лишь вполсилы: они наносят те же удары, но их руки словно связаны невидимой веревкой.

Когда человек действует из стремления получить похвалу, само действие становится живым памятником его слабости и никчемности: в противном случае не потребовалось бы торговать собственными убеждениями. Это часто приводит к ощущению трусости, которое представляет собой самую невыносимую форму унижения — унижение от сознания, что человек стал добровольным соучастником собственного поражения. Не беда быть поверженным более сильным противником либо даже проиграть бой, не успев в него вступить; но знать, что ты — трус, потому что продал свою силу ради возможности поладить с победителем, — такое предательство самого себя есть самая горькая пилюля из всех.

Некоторые элементы нашей культуры влияют на то, что действия с целью ублажить других оказывают пагубное влияние на мужество. Такое поведение, по крайней мере для мужчин, зачастую означает принятие на

---

[1] «Расёмон» — фильм выдающегося японского режиссера Акиры Куросавы по рассказу Рюноскэ Акутагавы «В чаще». Удостоен многих кинематографических наград, в том числе «Золотого льва» Венецианского кинофестиваля и «Оскара» за лучший фильм на иностранном языке. (*Примеч. ред.*)

себя роли человека уступчивого, неагрессивного, «воспитанного», и как же ему воспитать в себе силу, включая и сексуальную потенцию, если от него ожидают «уступчивости»? Так же и с женщинами: стремление добиться восхищения препятствует развитию заложенного в ней потенциала, поскольку он не только не находит применения на практике, но даже не попадает в поле зрения.

Отличительным признаком мужества в нашу эпоху конформизма является умение отстаивать свои убеждения — не упрямо и дерзко (эти слова выражают самозащиту, а не мужество) и не в отместку, а просто потому, что человек в них верит. Словно человек сообщает своими действиями: «Это моя жизнь, мое бытие». Мужество — это *утверждающий* выбор, не выбор от невозможности выбирать по принципу «У меня нет вариантов»: ведь если человек не может поступать иначе, зачем тогда мужество? Конечно, временами человек может упрямо цепляться за некогда мужественно отвоеванную позицию. Такое часто случается во время терапии, когда достигший новой стадии роста человек вынужден выдерживать натиск внутренней тревоги, а также нападки друзей и членов семьи, которым гораздо удобнее, чтобы он оставался таким, как и прежде. В лучшем случае все это будет сопровождаться многочисленными защитными проявлениями; но если человек завоевал что-то достойное защиты, тогда он отстаивает это с радостью, а не с агрессией.

Когда в ходе становления личности начинает заявлять о себе мужество, то есть когда человек начинает постепенно избавляться от паттерна жертвовать своей жизнью ради чужого одобрения, возникает и одна промежуточная стадия. На этой стадии люди, несомненно, могут проявлять независимость, занимая жесткую позицию по тому или иному вопросу, но они защищают свои действия перед судом, опирающимся на законы, созданные той самой властью, которую они хотят умилостивить. Они словно требуют права быть свободными, но, подобно американским колонистам до Войны за независимость, им придется отстаивать его, пользуясь законами, написанными как раз теми, у кого они свое право хотят истребовать. Пациент терапевта на этой стадии часто видит сны, в которых он пытается убедить родителей в собственной правоте, в том, что у него есть право распоряжаться собой. Вероятно,

что для многих людей эта стадия развития свободы и ответственности является наивысшей достижимой.

Но если доводить анализ до конца, на этой промежуточной стадии человек остается один на один с безнадежной дилеммой, поскольку наделять родителей или фигуры, их замещающие, правом создавать законы, а затем выступать перед учрежденным ими судом означает незаметно признавать их суверенитет. Это говорит о недостатке у человека свободы и порождает чувство вины при попытках утвердить свою свободу. Мы уже имели возможность убедиться, что именно такая дилемма стояла перед героем «Процесса» Кафки, который всегда попадался на одном и том же, пытаясь выстроить защиту на допущении, что его обвинители облечены всей полнотой власти. Поэтому он оказывался в безнадежной фрустрации и вполне ожидаемо был низвергнут до положения человека, который может лишь умолять. Представьте, что произошло бы, если бы Сократ на суде попытался спорить с афинскими обвинителями, основываясь на их допущениях, на их законах. Весь мир перевернулся, когда он произнес: «Афиняне, я скорее склонюсь перед Богом, чем перед вами», что, как мы видели выше, означало для него черпать жизненные ориентиры в самом центре себя.

Тяжелейший из всех шагов, требующий предельного мужества, состоит в отрицании тех, стремясь удовлетворить чьим ожиданиям, человек отказался от права творить законы. И это самый страшный шаг. Он подразумевает принятие на себя ответственности за личные стандарты и суждения, даже если человеку понятно, насколько ограниченными и несовершенными они являются. Именно это имеет в виду Пауль Тиллих под «мужеством принятия собственной конечности» — составляющее, по его словам, главную форму мужества, которой должен обладать человек. Мужество быть и доверять самому себе, несмотря на собственную конечность; оно означает уметь действовать, любить, мыслить, созидать, даже если человеку не дано узнать окончательные ответы на стоящие перед ним вопросы и даже если он знает, что может ошибаться. Но только вследствие мужественного принятия «конечности», а также строящегося на этой основе поведения человек получает возможность развить те силы, которыми он обладает, — сколь бы далеки от абсолюта они ни были. Чтобы добиться этого, необходимо развивать

самосознание с разных сторон, о чем мы говорили в этой книге, включая сюда самодисциплину, умение ценить, созидательную совесть и созидательный подход к мудрости прошлого. Очевидно, этот шаг требует значительной степени интеграции, и необходимая для его совершения мудрость есть мудрость зрелости.

Преамбула любви

Мы не будем вдаваться в подробности анализа такого специфического предмета, как любовь, отчасти потому, что не раз касались этой темы на протяжении всей книги, отчасти потому, что действительная проблема современного человека располагается на стадии, предшествующей самой любви, а именно: стать *способным* любить. Уметь отдавать и получать любовь на зрелом уровне является одним из самых верных, доступных нам критериев самореализованной личности. Но именно в соответствии с этим признаком цель оказывается достижимой лишь пропорционально тому, насколько человек сумел выполнить предварительное условие, став самоценной личностью. Поэтому вся книга, а не только этот раздел может быть названа «преамбулой любви».

Прежде всего стоит отметить, что любовь представляет собой редкий для нашего общества феномен. Каждому известно, что существует тысяча разновидностей отношений, которые *называются* любовью: нет нужды перечислять все формы смешения «любви» с сентиментальными порывами, с эдиповыми мотивами и мотивами типа «назад к маме на ручки», которые можно обнаружить в романтических песнях и фильмах. Ни одно слово не используется с большим набором значений, чем это, и большинство значений лживы, поскольку они заслоняют подлинные мотивы, лежащие в основе отношений. Но существует много иных разновидностей крепких и честных отношений, которые называют любовью: например, родительская забота о детях и наоборот, или сексуальная страсть, или разделение одиночества; и здесь вновь поразительная правда откроется всякому, кто снимет покров с жизни индивида в нашем обществе, пропитанном одиночеством и конформизмом, и увидит, сколь незначительную роль любовь играет даже в этих отношениях.

Большая часть человеческих взаимоотношений, конечно, проистекает из смешения всевозможных мотивов и сочетает в себе различные чувства. Сексуальная любовь в зрелой форме между мужчиной и женщиной в общем случае является сочетанием двух эмоций. Первый тип — «эрос», или сексуальное влечение друг к другу, которое является составной частью потребности индивида реализовать себя. Два с половиной тысячелетия назад Платон изображал «эрос» как стремление каждого индивида воссоединиться с утраченной половиной себя — как страстный порыв каждого отыскать потерянную половину того «андрогинного» мифологического существа, которое некогда было одновременно мужчиной и женщиной. Другой компонентой зрелой любви между мужчиной и женщиной является утверждение ценности и достоинства другой личности, и ее мы включим в данное ниже определение любви.

Но если исходить из смешения мотивов и эмоций, а также из того факта, что любовь — непростая тема, самое важное для начала — подобрать правильные имена для переживаемых нами эмоций. И наиболее конструктивно будет начать учиться способности любить с того, чтобы научиться понимать, почему у нас не получается любить. Мы по крайней мере сдвинемся с мертвой точки в тот момент, когда поймем, что наша ситуация очень походит на ту, в которой оказался юноша из эклоги Одена «Век тревоги»:

> И так, в учении, ему твердят и вновь, и вновь,
> Что полюбить ему, увы, невмочь.

Наше общество, как мы убедились, — наследник четырех веков конкурентного индивидуализма, с доминирующей мотивацией иметь власть над другими, а конкретно наше поколение унаследовало значительную тревогу, оказалось изолированным и личностно опустошенным. Едва ли это можно расценивать как благоприятную почву, чтобы научиться любить.

Если мы рассматриваем тему на уровне международных отношений, мы приходим к похожим выводам. Нетрудно спрятаться за удобным чувством «Любовь все решит». Без сомнения, очевидно, что социаль-

ные и политические проблемы нашего смятенного времени взывают к эмпатии, творческому участию, любви к ближнему и «чужаку». В другом месте я отмечал, что нашему обществу не хватает опыта сосуществования, основанного на социально ценном сотрудничестве и любви, — а не имея общности, выросшей на таком основании, мы оказываемся жертвой ее невротического заместителя, «невроза коллективизма»[1]. Но бесполезно твердить людям ipso facto, что им следует любить. Это приводит только к лицемерию и притворству, которых нам и так хватает во всем, что касается любви. Лицемерие и притворство сильнее мешают научиться любить, чем откровенная враждебность, поскольку последняя, по крайней мере, может быть искренней, а значит, с ней можно работать. Простые декларации, что войны и вражду в современном мире можно преодолеть, если люди научатся любить, лишь усиливают лицемерие; более того, в наших отношениях с Россией мы сумели понять, насколько важно действовать силой и давать решительный отпор авторитарному садизму. Разумеется, любой международный акт, который признает ценности и потребности других государств и общественных групп, как было в случае с планом Маршалла, следует поощрять и приветствовать. В конечном счете мы извлекли урок, что существование других государств является залогом нашего собственного выживания. И хотя такие уроки являются значительным достижением, мы, однако, не можем считать подобные разовые акции доказательством того, что мы научились — на политическом уровне — любви. Так что, повторимся, мы внесем наибольший вклад в удовлетворение мировой потребности в дружелюбии к соседям и чужестранцам, если для начала попытаемся сами, как индивиды, научиться любить. Льюис Мамфорд[2] как-то заметил: «Как и с вопросами мира, те, кто громче других призывают к любви, сами зачастую не проявляют ее почти никак. Самим научиться любить и быть любимыми — самая большая трудность в интеграции; и конечно, тут ключ к спасению».

---

[1] См.: *Ролло Мэй*. Смысл тревоги. Нью-Йорк, Ronald Press, 1950. Глава 5. (*Примеч. авт.*)

[2] Мамфорд Льюис (1895–1990) — американский историк и социолог. Изучал историю техники и городов мира. (*Примеч. ред.*)

В наши дни вопрос любви настолько запутан, что трудно даже прийти к соглашению: как же определять любовь? Мы определяем любовь как наслаждение присутствием другого человека и обоюдное признание ценности и уровня развития обоих участников. Поэтому в любви всегда две составляющие — та, которая связана с достоинством и благом другого человека, и та, которая связана с личной радостью и счастьем от отношений с ним.

Умение любить предполагает личную осознанность, потому что любовь нуждается в умении понимать чувства других людей, ценить заложенный в них потенциал. Любовь нуждается и в свободе; очевидно, что любовь, которую дарят не свободно, не является любовью. «Любить» кого-то потому, что не можешь свободно любить никого другого, либо же потому, что на твою долю выпало состоять с человеком в родственных связях, значит не любить. Кроме того, если человек «любит», потому что он не может обойтись без другого, любовь не становится предметом выбора; ведь человек не смог бы «не любить» по своему усмотрению. Отличительным признаком такой несвободной «любви» является ее неумение подмечать различия: она не отличает качества или само бытие «любимого» человека от таковых другого человека. В рамках таких взаимоотношений и сам ты едва ли оказываешься «замеченным» тем, кто якобы любит тебя: ведь на твоем месте мог бы оказаться любой другой. Ни тот, кто любит, ни тот, кто любим, не выступают в этих отношениях как *личности*; первый вовсе не субъект, функционирующий с большей или меньшей степенью свободы, тогда как второй имеет значение всего лишь объекта, за который можно уцепиться.

Сколько всевозможных форм зависимости, маскирующихся под любовь, можно обнаружить в нашем обществе, в котором так много тревожных, одиноких и опустошенных людей! Они варьируются от многочисленных видов взаимопомощи или обоюдного утоления желаний (что само по себе может быть вполне здоровым, если называть эти вещи своими именами) вплоть до различных «деловых» форм межличностных отношений и заканчивая явно паразитическим мазохизмом. Нередко случается, что два человека, столкнувшись порознь с одиночеством и чувством пустоты, заключают между собой своего рода молчаливую

сделку, с тем чтобы оберегать друг друга от мук одиночества. Мэтью Арнольд прекрасно пишет об этом в «Дуврском берегу»:

Пребудем же верны,
Любимая, — верны любви своей!
Ведь мир, что нам казался царством фей,
Исполненным прекрасной новизны,
Он въявь — угрюм, безрадостен, уныл,
В нем ни любви, ни жалости; и мы,
Одни, среди надвинувшейся тьмы,
Трепещем: рок суровый погрузил
Нас в гущу схватки первозданных сил[1].

Но когда «любовь» ввязывается в борьбу против одиночества, она достигает цели лишь ценой растущего чувства пустоты у обоих партнеров.

Любовь, как было сказано, чаще всего путают с зависимостью: но фактически любить можно лишь в прямой пропорции к умению быть независимым. Гарри Стек Салливан[2] сделал потрясающее наблюдение, что ребенок не сможет научиться «любить кого бы то ни было, пока не достигнет предподросткового возраста. Можно заставить его говорить так, словно он любит, вести себя так, словно он любит. Но никакого подлинного базиса для этого он не имеет, и поэтому если продолжать на него давить, последствия будут сомнительными, вплоть до частых случаев невроза»[3]. Иными словами, до достижения этого возраста способность осознавать и признавать других людей еще не дозрела до любви к ним. В младенчестве и отрочестве человек зависит от своих родителей, что вполне нормально, и на деле он может быть очень расположен к ним, получать удовольствие от их присутствия и т. д.

---

1 *Арнольд Мэтью.* Дуврский берег. М.: Проспект, 2014. (*Примеч. пер.*)

2 Салливан Гарри Стек (1892–1949) — американский психолог и психиатр, представитель неофрейдизма. Работал на стыке направлений психоанализа и бихевиоризма, считал, что личность формируется в процессе межличностных отношений. (*Примеч. ред.*)

3 Из книги «Dr. Sullivan's paper in Culture and Personality», ed. Sargent and Smith, New York, 1949. P. 194. (*Примеч. авт.*)

Пускай родители и дети с чистым сердцем наслаждаются счастьем быть вместе. Но родителям принесет исключительную пользу и облегчение, если они заметят, насколько более спонтанно проявляются у ребенка теплота и «забота» в обхождении с плюшевым мишкой, а позднее с собакой, чем в обхождении с человеческими существами; это поможет родителям не разыгрывать из себя богов и перестать присваивать себе исключительную роль в раскрытии природного замысла, коим является жизнь ребенка. Ни мишка, ни кукла ничего не требуют от него; он может свободно проецировать на них все, что ему вздумается, и ему не нужно заставлять себя проникаться их потребностями сверх того, что доступно ему на достигнутом уровне зрелости. Живое существо вроде собаки является промежуточной ступенью между неодушевленными объектами и человеческими существами. Каждый шаг — от зависимости через благонадежность до взаимозависимости — представляет собой этап в развитии у ребенка способности любить.

Одна из главных вещей, из-за которых нам трудно учиться любить, как показал Эрих Фромм и другие, состоит в присущей нашему обществу «рыночной ориентации». Мы используем любовь как объект купли-продажи. Иллюстрацией является тот факт, что многие родители ожидают от ребенка любви в обмен на заботу о нем. Без сомнения, ребенок научится изображать любовь, если родители будут настаивать; но рано или поздно обнаружится, что любовь в качестве платы вовсе не является любовью. Такая любовь — «песочный замок» и зачастую обрушивается к моменту достижения ребенком периода полового созревания. Почему тот факт, что родители обеспечивали и защищали своего ребенка, отправляли его в летний лагерь или колледж, должен иметь хоть какое-то отношение к любви, испытываемой ребенком к своим родителям? С тем же успехом можно ожидать, что сын полюбит регулировщика дорожного движения на углу, ведь тот защищает его от большегрузных фур, или сержанта в столовой, который кормит его, пока он служит в армии.

Более глубокой формой подобного запроса является случай, когда от ребенка ожидают любви к родителям, поскольку родители многим

ради него жертвуют. Но и жертва может быть попросту иным способом торговаться и не иметь ничего общего по мотивации с признанием ценности и уровня развития другого человека.

Нас любят — дети и другие люди — не в меру наших запросов, принесенных жертв или потребностей, но, грубо говоря, за то, в какой мере мы сами способны любить. И наша способность любить изначально определяется, в свою очередь, способностью быть самоценной личностью. «Любить», в сущности, означает «отдавать»; а чтобы отдавать, нужно достичь зрелой самооценки. Любовь заметна в утверждении Спинозы, на которое мы ссылались выше, что подлинная любовь к Богу не подразумевает требования взаимности. Об этом говорит и художник Джозеф Биндер[1]: «Чтобы творить, художник должен уметь любить, то есть давать без намерения получить за это награду».

Мы не считаем, что любовь — это «поражение» или самоотрицание. Отдает человек лишь тогда, когда у него есть что отдать, и только тогда, когда он при этом находит прочную опору в самом себе. Прискорбно, что наше общество, пытаясь очистить любовь от примесей агрессии и соревновательности, отождествило ее со слабостью. И прививка оказалась столь удачной, что стало общим местом считать, будто слабые люди больше любят и что сильные-де люди не имеют *потребности* в любви! Неудивительно, что нежностью, этими дрожжами, без которых любовь становится скудной и черствой, как хлеб из недошедшего теста, столь часто пренебрегали и так часто отделяли ее от опыта любви.

О чем, однако, забыли, так это о том, что нежность идет рука об руку с мужеством: человек нежен лишь в той степени, в какой он силен; в противном случае нежность и мягкость суть лишь маски, за которыми скрыто стремление уцепиться за другого. Латинские корни наших слов ближе к истине: «добродетель» (virtue), которой любовь, без сомнения, является, происходит от корня «муж» (vir), «мужчина»

[1] Биндер Джозеф (1898–1972) — выдающийся австрийский графический дизайнер. В конце 1930-х гг. переехал в США. (*Примеч. ред.*)

(здесь в смысле мужской силы), из того же корня происходит и слово «мужественность» (virility).

Некоторые читатели могут задаться вопросом: «Но разве в любви человек не *теряет* себя?» Разумеется, в любви как в творческом процессе человек сливается с другим. Но под этим не следует понимать «теряет себя»; повторим, как и в случае с осознанным созиданием, тут мы имеем высшую стадию самореализации. Когда любовь проявляется в сексе, например, испытываемая во время оргазма эмоция — это не враждебность и не триумф, но *единение* с другим человеком. Поэты не лгут, воспевая исступленный восторг любви. Как и в случае с таким созидательным восторгом, именно в момент самореализации человек сокрушает барьер, разделяющий его и другого. В один и тот же момент происходит и отдача, и обретение самого себя. Такие моменты восторга максимально рельефно очерчивают взаимозависимость человеческих отношений; и тот же парадокс обнаруживается в созидательном сознании — человек может раствориться в восторге, только если прежде он накопил достаточно силы, для того чтобы выстоять в одиночку, стал самоценной личностью.

Мы не считаем, что эта дискуссия может научить, как достичь совершенства. Не нацелена она и на то, чтобы вычеркнуть и обесценить иные формы позитивных отношений, такие как дружба (которая также может быть важной частью детско-родительских отношений), разные степени взаимной теплоты и понимания, умение разделить с партнером сексуальное наслаждение и страсть и т. д. Постараемся избежать столь распространенной в нашем обществе ошибки ставить идеальную любовь превыше всего остального, из-за чего человек оказывается загнан в угол: либо признать, что ему так и не удалось отыскать «бесценную жемчужину», либо лицемерно убеждать себя в том, что любое испытываемое им чувство и есть «любовь». Мы можем лишь повторить: мы предлагаем называть эмоции своими именами. Овладение искусством любви пойдет увереннее, если мы перестанем пытаться убедить себя в том, что любить просто, и если мы будем достаточно трезвы, чтобы отбросить иллюзорные маски, за которыми в нашем обществе прячут любовь: любовь, о которой без конца говорят, но которой нам так недостает.

Мужество видеть истину

В одном из своих блестящих афоризмов, которые подобно молнии внезапной вспышкой озаряют невиданные дотоле ландшафты, Ницше провозгласил «Ложь есть трусость!». Иными словами, причина, по которой истина скрыта от нас, вовсе не в том, что мы прочли недостаточно или что мы не обладаем учеными степенями, но в том, что мы не располагаем необходимым для нее мужеством.

Под «истиной» мы понимаем не только и даже не столько научные факты. Факты любят точность. Если вы постараетесь вспомнить десяток вещей, которые беспокоили вас в последнее время, то есть тех, над которыми вы ломали голову, пытаясь найти истину, вы обнаружите, что очень немногие, если вообще какие-нибудь из них, поддаются научному анализу. На какую работу устроиться, любовь это или не любовь, как помочь ребенку наладить отношения с одноклассниками, что ты на самом деле хочешь или чувствуешь — именно такие вопросы занимают человека днем и даже ночью во сне. Научные методы здесь не дают результата. Человек должен рисковать, и то, найдет ли он правильные ответы, теснейшим образом связано со степенью его зрелости и мужества. Даже в случае совершения научных открытий на этапе, когда они еще не сводятся к общепринятым формулам, как, например, открытие шарообразной формы Земли Колумбом или ранние открытия Фрейда, успех в поиске истины определяется внутренними качествами самого исследователя, а именно честностью и мужеством.

Яркая картина внутренней борьбы, которой требует поиск истины, нарисована в письме философа Шопенгауэра, адресованном Гёте. Рассказывая о тех трудностях, с которыми ему пришлось столкнуться при разработке мыслей уже после того, как они впервые пришли к нему, Шопенгауэр пишет: «...И тогда я предстаю перед собственной душой, подобно тому как неумолимый судья предстает перед узником, распростертым на дыбе, и заставляю ее отвечать до тех пор, пока не иссякнут вопросы. Практически все ошибки и невыносимые безумства, коими переполнены головы философов и их доктрины, проистекают, по моему разумению, от недостатка в такой пытливой честности. Истина не была найдена не потому, что ее не искали, но

потому, что всегда имели намерением вновь отыскать то или иное предвзятое мнение, либо же по меньшей мере сберечь какую-нибудь излюбленную идею, и имея перед собой такую цель, прибегали к отговоркам, которые обращали как против других людей, так и против самого философа. Смелость чистосердечно признаться в этом перед лицом каждого возникшего вопроса делает человека философом. Он должен быть как Эдип Софокла, который в стремлении прояснить уготованную ему страшную судьбу неутомимо продолжает поиск даже в те моменты, когда начинает предугадывать, что за невыносимый ужас ему предстоит постичь, получив ответы на свои вопросы. Но для большинства из нас милее сердцу Иокаста, умоляющая Эдипа во имя богов бросить поиски; и мы уступаем ей, и потому философия сегодня там, где она есть... Философ призван допрашивать себя без всякой пощады. Такое присущее философии мужество, однако, не возникает из рефлексии, не может быть выцежено из твердого намерения, но составляет врожденную наклонность ума».

Мы согласны с Шопенгауэром, как согласен и Ференци[1], цитирующий это письмо, в том, что такая честность необходима, если человек хочет узреть истину, и что она проистекает не из интеллекта, но является частью врожденной способности к самосознанию. Впрочем, мы не согласны с тем, что это — «врожденная наклонность» в том смысле, что индивид тут не может ничего поделать. Такая честность является этической установкой, включающей мужество и другие стороны отношения человека к самому себе; она не только *может* быть до известной степени развита, но и *непременно должна* быть развита, если человек хочет реализовать себя как личность.

Шопенгауэр справедливо ссылается на царя Эдипа как на пример невероятного мужества, которого требует поиск истины, и на уговоры Иокасты, его жены и матери, как на искушение избежать истины. Эдип, твердо вознамерившийся узнать страшную тайну, которая, как он подозревает, окутывает обстоятельства его рождения, приказывает привести старого пастуха, которому много лет назад было приказано

[1] Ференци Шандор (1873–1933) — венгерский психоаналитик, основатель Венгерского психоаналитического общества, сподвижник З. Фрейда. (*Примеч. ред.*)

убить его еще младенцем. Пастух — единственный человек, который может ответить на вопрос, действительно ли Эдип взял в жены собственную мать. По тексту Софокловой драмы Иокаста пытается отговорить Эдипа:

> Чего бояться смертным? Мы во власти
> У случая, предвиденья мы чужды.
> Жить следует беспечно — кто как может...

Когда Эдип продолжает настаивать, она с мольбой восклицает:

> Послушайся, молю... О, воздержись!

Но Эдип не сбит с толку ее истерикой:

> Пусть чем угодно разразится. Я
> Узнать хочу свой род — пусть он ничтожен!

И когда пастух вскрикивает:

> Увы, весь ужас высказать придется...

Эдип вторит ему:

> А мне — услышать... Все ж я слушать должен.

Когда Эдипу наконец открывается ужасная истина, что это он убил отца и взял в жены Иокасту, собственную мать, он выкалывает себе глаза. Это очень важный символический акт: самоослепление есть буквально то же, что люди проделывают над собой из-за неразрешимых внутренних конфликтов. Они ослепляют себя для того, чтобы в большей или меньшей степени закрыться от окружающей их реальности. В силу того что Эдип поступает так после того, как узнал, в каком заблуждении он жил, мы можем видеть в его поступке символическое выражение трагической развязки: «конечность» и «слепота» человека, узревшего истину о себе и своем происхождении.

Может показаться, что случай Эдипа — из ряда вон, но разница между его борьбой за истину и нашей в нашем повседневном существовании всего лишь количественная, не качественная. Драма рисует перед нами древнюю, но вечную картину внутренних страданий и конфликтов, связанных с поиском истины о самом себе. Именно эта сторона драмы, а вовсе не тот факт, что Эдип спал со своей матерью, делает выбор Фрейдом именно этого мифа признаком гениального чутья. Ведь искать истину всегда означает подвергать себя опасности, что она окажется слишком ужасной в глазах того, кто ее отыскал. Она требует такого типа отношений с самим собой и такой веры в высшие ценности, чтобы человек смог решиться на риск оказаться внезапно оторванным от корней, которыми являются его повседневные убеждения и оценки и в соответствии с которыми он жил до сих пор. Неудивительно поэтому, что Паскаль замечал: «Подлинная любовь к мудрости — сравнительно редкая вещь в жизни людей».

Умение видеть истину, как и другие неповторимые характеристики человека, упомянутые нами, зависит от способности человека осознавать самого себя. Тем самым он может подняться над конкретной ситуацией, в которой оказался в данный момент, и в своем воображении попробовать «взглянуть на жизнь пристально, окинуть ее взглядом, всю целиком». С помощью своего самосознания он также может заглянуть вглубь себя, чтобы отыскать там мудрость, которая так или иначе, но всегда говорит с каждым, кто имеет уши.

По свидетельству Платона, древние греки верили, что мы открываем истину через «припоминание», то есть «вспоминая», интуитивно изучая накопленный опыт. В знаменитом доказательстве этого положения в диалоге «Менон» Сократ приводит необразованного юношу-раба к доказательству теоремы Пифагора, попросту задавая ему вопросы. Нам нет нужды принимать мифологические объяснения Платона, что каждый из нас несет в себе «идеи», помещенные в ум во время предыдущего небесного существования, что знание есть припоминание идей, чтобы согласиться, что сам этот феномен представляет собой повсеместный опыт. Каждому из нас в течение жизни довелось наблюдать, переживать, «постигать», и прежде всего, вероятно, в детские годы, гораздо больше, чем могло уместиться в сознании, и мы были вынуждены запереть все

это в чулане так называемого бессознательного, чтобы как-то находить общий язык с родителями, учителями и принятыми в социуме правилами. «Истина глаголет устами детей и сумасшедших» — как гласит афоризм, и к большому сожалению, детей вскоре отучают от этой привычки. Этот «забытый» сундук мудрости становится вновь нам доступным по мере того, как мы становимся достаточно просветленными, чуткими, мужественными и зоркими, чтобы отыскать его.

Расхожая мысль, что люди не способны видеть истину, поскольку они сами мешают себе, таким образом оказывается опровергнутой. Не мы мешаем себе «видеть сквозь стекло в темноте», искажая образ, а скорее невротические потребности, вытеснение и конфликты. Из-за них мы осуществляем «перенос» того или иного предрассудка или ожидания на других людей и на окружающий нас мир. Поэтому именно недостаток осознанности приводит к тому, что мы называем истиной ложь. Чем больше человеку не хватает самосознания, тем чаще он становится жертвой тревоги, иррационального гнева и затаенной обиды, и если злость часто ставит препоны для использования более тонких доступных нам интуитивных средств постижения истины, то страх делает это всегда.

Кроме того, если человек попробует вычеркнуть свою самость при попытке постичь истину, то есть если он будет делать вид, будто он приходит к заключениям, словно развоплощенный судья, взирающий на все с вершины Олимпа, он падет жертвой большого заблуждения. И как только он сочтет доступную ему истину абсолютной и находящейся вне влияния его личных интересов, вместо того чтобы видеть в ней всего лишь наиболее доступное ему приближение к истине, он рискует стать опасным догматиком. Только технические постулаты могут быть истинны в отвлечении от непосредственных нужд, желаний и борьбы вовлеченных в поиск истины людей. На самом деле одним из самых распространенных способов избежать истины, в котором проявляет себя особая форма «сопротивления», свойственная интеллектуалам, проходящим курс психотерапии, является попытка сделать из проблемы абстрактный или логический принцип, и зачастую при достаточно тонкой интеллектуализации человек может придумать хорошее с виду решение, что само по себе очень занятно. Но вот, видите ли, позднее мы обнаруживаем, что все это блистательное интеллектуализирование

в действительности вовсе не поспособствовало решению проблемы и по факту является не чем иным, как бегством от проблемы.

Видеть истину — это не отдельная функция интеллекта, но функция человека как целого: человек *переживает* истину, не останавливаясь в своем движении вперед в качестве мысляще-чувствующе-действующего единства. «Мы не интеллект любим меньше», но самого человека в его стремлении к истине — больше. «Я всю свою жизнь учился, — пишет в автобиографии Бердяев. — Но я создаю истину, которая всеобща, изнутри своей, через применение моей свободы, и мое познание истины есть мое личное к ней отношение».

В предыдущей главе мы приводили утверждение Ореста, что когда ему удалось освободиться от инцестуозных, инфантильных связей, он также стал свободнее от предрассудков Микен, свободнее от присущей любому человеку склонности видеть в других глазах, равно как и в окружающем мире, лишь свое отражение. Способность узреть истину таким образом идет рука об руку с эмоциональной и нравственной зрелостью. Когда человек становится способным так смотреть на истину, он становится уверенным в своих словах. Он становится уверенным в своих взглядах так же, «как в биении своего сердца», потому что они получены на опыте, а не выведены из каких-то абстрактных принципов или услышаны из чужих уст. И он также становится скромнее, поскольку убедился, что раз то, что он прежде считал истиной, оказалось ею лишь отчасти, то и то, что предстало ему в качестве истины теперь, будет по-своему несовершенным. Такая скромность не умаляет силу, с которой человек готов отстаивать свои убеждения, но оставляет открытой возможность искать и находить истину грядущего дня.

ГЛАВА 8

Человек, превосходящий время

Человек, преодолевающий время

Некоторые читатели могут поставить еще один вопрос: «Все это, конечно, прекрасно — рассуждать о целях зрелого человека. Но часики тикают. В условиях, когда мир погружен в полупсихотическое состояние, а катастрофа Третьей мировой войны поджидает за углом, как можно вести речь о долгом и устойчивом росте, необходимом для самореализации?»

Давайте сформулируем этот вопрос конкретнее. Представим, например, молодого мужа, который получил звание лейтенанта в ходе последней войны и который ныне работает редактором в газете. Допустим, что своим мужеством и энергией он не уступает никому. Незадолго до того, как отправиться за границу, он женился на привлекательной и талантливой женщине. Теперь же он с горечью обнаруживает, что у них с женой серьезные трудности в отношениях — трудности, преодоление которых потребует месяцев, возможно, даже лет, эмоционального взросления с помощью психотерапии. «Стоит ли прикладывать столько усилий, — спрашивает он себя и своего терапевта, — если существует вероятность, что меня в любой момент могут снова призвать на службу, наверняка ведь не скажешь. Не лучше ли дать браку распасться и удовлетворяться теми отношениями, которые подвернутся под руку в наше непредсказуемое время?»

Или другой пример: блестящий молодой университетский преподаватель. Он лелеет мечту написать книгу, которая, вероятно, потребует

пяти лет труда, но внесет значительный вклад в сферу его научных интересов. Он обратился к психотерапевту за помощью в преодолении блокировок, мешавших ему создать его главный труд. И вот он удивляется: «Разве можно писать книгу, если нет никакой уверенности в тех годах, которые займет ее написание? Может, на Нью-Йорк упадет атомная бомба, пока я буду работать, так зачем вообще начинать?» Вопрос времени — не слишком ли поздно — является центром гнетущей тревоги многих современных людей.

И конечно, частные проблемы и тревоги каждого отдельного человека играют на руку свойственной сегодняшнему миру общей обеспокоенности из-за утекающего в песок времени. Каждый знает, как легко использовать коллективное беспокойство для оправдания личных неврозов. Можно вздыхать: «Времена хаоса», — и уходить от вопроса, не в том ли дело, что хаос у нас внутри.

Но совершенно независимо от того факта, что наши неврозы любят прятаться за громкими фразами типа «катастрофическая мировая ситуация», все же остается множество случаев, в которых вопросы, поднимаемые этими людьми, звучат уместно и вполне реалистично. Наш мир еще в течение какого-то времени неизбежно будет погружен в тревогу, и любому, кто не желает подвергнуться остракизму, придется принять этот факт и постараться научиться жить с чувством неуверенности. В богемных кругах, скажем, художников или интеллектуалов та же самая идея, которая пришла в голову двум вышеупомянутым пациентам, проявляется в рассуждениях на тему «Мы родились не в то время». В ходе таких дискуссий рано или поздно найдется кто-нибудь, кто заявит, что лучше бы было жить в эпоху Возрождения, или в Афинах классического периода, или в Париже в расцвет Средневековья, или еще когда-нибудь.

Нехорошо отмахиваться от подобных вопросов, давая ответы в духе стоиков: «Коль скоро мы родились в это время, мы должны попытаться выжать из него максимум». Лучше приглядимся к особенностям человеческого восприятия времени — в действительности крайне любопытный предмет, — чтобы, возможно, натолкнуться на внезапные открытия, благодаря которым нам удастся сделать из времени не врага, а союзника.

Человек живет не только по часам

Как мы могли убедиться, одно из уникальных свойств человека — выходить за пределы момента и переноситься в воображении в будущее или, наоборот, — в прошлое. Генерал, продумывая план сражения, которое состоится на следующей неделе или в следующем месяце, предвосхищает действия противника в ответ на гипотетические маневры его войск тут или проведение артподготовки там; и тем самым он получает возможность как можно лучше подготовить войска к любой опасной ситуации, прокручивая в воображении сценарии битвы за дни и недели до того, как она состоится.

Точно так же оратор, готовящий речь, может попытаться — и если он благоразумен, он так и поступит — припомнить, как в прошлом складывались его выступления с той же речью. Он вновь оценивает, как реагировала аудитория, какие части выступления были удачными, а какие — нет, какая подача была наиболее действенной и т. д. Воскрешая событие в воображении, он учится на примере прошлого лучше действовать в настоящем.

Способность «заглядывать назад и вперед» — составная часть присущего человеку осознания себя. Растения и животные живут во времени, имеющем количественную природу: проходит час, неделя или год, и вот ствол дерева приобретает новое кольцо. Но для человека время устроено совсем иначе; человек — преодолевающее время млекопитающее. В трудах по семантике Альфред Коржибски[1] настаивал на том, что человека отличает от всех остальных живых существ способность *устанавливать связь времен*. Под ней, пишет Коржибски, «я подразумеваю умение сделать из плодов труда и опыта прошлых времен интеллектуальный и духовный капитал для развития в настоящем... Я имею в виду, что люди способны прожить жизнь в становящемся со временем все более ярком свете, который исходит от унаследованной ими мудрости; я имею

[1] Коржибски Альфред (1879–1950) — польский и американский ученый, основоположник общей семантики. Родился в Варшаве (в то время территория Российской империи), во время Первой мировой войны оказался в США с военной миссией. Позже занялся исследовательской работой. (*Примеч. ред.*)

в виду способность, силой которой человек оказывается одновременно и наследником прошедших эпох, и попечителем будущих»[1].

С психологической и духовной точек зрения человек живет не только по часам. Время для него скорее зависит от *важности* события. Скажем, вчера некий молодой человек потратил час на то, чтобы на метро добраться на работу, и час, чтобы вернуться обратно; восемь часов на работе, не очень-то ему интересной; десять минут на разговор с девушкой, в которую он недавно влюбился, и на мечты о браке; и два часа вечером на посещение образовательных курсов. Сегодня же он ничего не вспомнит о тех двух часах, которые потратил на дорогу: то был совершенно пустой опыт, и потому он, по примеру большинства, закрыл глаза и попытался подремать, то есть попытался *выключить* время до конца поездки. Восемь рабочих часов почти не оставили отпечатка, не многим лучше и вечерние занятия. Но десять минут, проведенные с девушкой, занимают его больше всего. За эту ночь ему приснилось четыре сновидения — одно о занятиях и три о девушке. Таким образом, десять минут с девушкой занимают больше «свободного места», чем оставшиеся от суток 23 часа. Психологическое время не есть простое течение времени как такового, оно есть *значение* самого опыта, иными словами, оно задается тем, что задевает человека как его надежда, страх или возможность роста.

Или возьмем для примера воспоминания о детстве тридцатилетнего человека. На пятом году жизни с ним произошла тысяча разных событий. Но теперь в свои тридцать он едва ли вспомнит три-четыре: день, когда он пошел гулять с другом, а тот сбежал со старшим товарищем, или радостное утро, когда он обнаружил под елкой трехколесный велосипед, или же ночь, когда отец вернулся домой пьяным и ударил мать, или тот день, когда потерялась его собака. И хотя это — все, что он может припомнить, любопытно заметить: об этой горстке событий он сохранил гораздо более отчетливые воспоминания, чем о девяноста девяти процентах событий, случившихся с ним только вчера.

Память не есть простой отпечаток, оставленный прошлым; она — хранитель того, что имеет значение с точки зрения наших самых глубоких

[1] *Alfred Korzybski*. The Manhood of Humanity. Lakeville, Conn., 1950. P. 59. (*Примеч. авт.*)

надежд и страхов. Поэтому память — лишнее свидетельство тому, что наше отношение ко времени гибкое и созидательное, и важность для него имеет не показываемое часами время, а качество нашего опыта.

Это не значит, что можно не обращать внимания на количественное время: мы всего лишь указываем, что *только* таким временем человек жить не может. Человек неизбежно является частью естественного мира, всесторонне в него вовлечен; мы лишь в редких случаях живем дольше семидесяти или восьмидесяти лет, как бы к этому ни относились. Мы стареем, мы теряем интерес, если долго работали наизнос, и нам неизбежно придется трезво взглянуть на часы и календарь. Человек умирает, как и любая форма жизни. Но он — животное, знающее об этом, могущее предвидеть смерть. Зная о времени, он может контролировать его, используя его по своему усмотрению.

Чем более человеку доступна способность сознательно направлять свою жизнь, тем конструктивнее он использует свое время. Однако чем более человек склонен к конформизму, чем менее он свободен, чем проще он устроен, чем чаще он следует не собственному выбору, а компульсии, тем вернее он становится объектом количественного времени. Он — слуга часов и звонков; он преподает столько-то и столько-то часов в неделю, ставит такое-то количество заклепок в час, он радуется или печалится в зависимости от того, понедельник ли, а значит начало рабочей недели, или пятница — ее конец; он оценивает, достаточным ли было вознаграждение, по тому, сколько времени он вложил. Чем больше он конформист и несвободный человек, тем более властно над ним время. Он «отбывает срок» — невероятно точное выражение, которым описывают тюремное заключение. Чем менее живым является человек — под «живым» тут понимается «тот, чья жизнь течет в осознанном направлении», — тем больше его время становится временем, отображаемым на часах. Чем более он живой, тем больше он живет по качественному времени.

«Человек, живущий интенсивно, на самом деле живет, — как говорит Э. Э. Каммингс[1]. — А человек, доживший до ста двадцати, не обязатель-

---

[1] Каммингс Эдвард Эстлин (1894–1962) — американский поэт, прозаик, драматург и художник. Проводил смелые эксперименты с формой, пунктуацией, грамматикой английского языка. (*Примеч. ред.*)

но жил. Вы скажете: “Миг растянулся на целую жизнь” — это клише, но оно истинно, и наоборот: бывает, путешествуешь поездом, и охватывает невероятная скука. Читаешь детективы, чтобы убить время. Но проходило бы время хорошо, стали бы вы его убивать?»

Часть тревоги, которая связывается у нас сегодня с темой «утекающего сквозь пальцы времени», имеет происхождение более глубокое, чем нависающая угроза войны или атомной бомбы. Ведь быстротечность времени ужасала людей во все времена. Собака не переживает, что пролетел еще один месяц или год; но многих людей мысль об этом застает врасплох. Они могут счесть время своим главным врагом, представив его в виде пугающего образа смерти-жнеца; или, напротив, они облегченно вздохнут, приговаривая: «Время — на нашей стороне». Самым очевидным примером страха времени является боязнь старения. Но такой страх обобщенно есть символическое выражение того факта, что осознание времени всякий раз ставит нас перед вопросом: жив ли я, продолжаю ли расти или же просто пытаюсь предотвратить неизбежный упадок и исчезновение? Кажется, К. Г. Юнг точно выразил мысль, что человек боится старения ровно в той мере, в какой он не живет в настоящий момент. Отсюда следует, что наилучший способ справиться со страхом старения — убедиться, что живешь полной жизнью в данный момент времени.

Но что еще важнее, люди боятся времени, потому что, как и в случае одиночества, оно усиливает чувство опустошенности, пугающего «вакуума». На повседневном уровне это проявляется в страхе скуки. Как сказал Эрих Фромм, человек — «единственное животное, которое может скучать», и в этой короткой сентенции ухвачена очень важная вещь. Скука — это «профессиональная болезнь» человеческого существа. Если человек замечает время лишь по тому, как за днями идут дни, лето сменяет зиму, если в его жизни ничего не происходит, и лишь часы утекают один за другим, это значит, что ему крайне необходимо избавиться от невроза, в противном случае он будет мучиться от скуки и опустошенности. Интересно, что когда нам скучно, нас начинает *клонить в сон*, то есть наше сознание стремится свернуться и, насколько это возможно, «затухнуть». Любой человек так или иначе сталкивается со скукой: например, значительная часть нашей работы предполагает рутинные задачи, но она становится невыносимой лишь в том случае,

если ее не выбирали и если она не утверждена самим человеком как необходимый путь к высшей цели.

Реже встречается случай, когда предчувствие пустого времяпрепровождения становится для человека пыткой по той причине, что отсутствие занятий, встреч, самых обычных планов «сводит с ума» своей неопределенностью. Когда, либо из-за каких-то особенных проблем, вызванных чувством вины и тревоги, как в случае с Макбетом, либо из-за чувства внутренней пустоты, свойственного многим людям сегодня, человеческая жизнь «утрачивает смысл», вполне реальной становится следующая ситуация:

> Мы дни за днями шепчем: «Завтра, завтра».
> Так тихими шагами жизнь ползет
> К последней недописанной странице.
> Оказывается, что все «вчера»
> Нам сзади освещали путь к могиле[1].

В этом состоянии главным желанием человека становится «вымарать» время, как добавляет Шекспир, либо довести себя по отношению к нему до бесчувствия. Напряженные усилия могут приводить к интоксикации и, в крайних случаях, к наркотической зависимости или к более распространенному стремлению заполнять чем-то время, чтобы оно «поскорей прошло». В некоторых языках, например французском и греческом, для описания отдыха используется выражение: «Я *провел* время так-то и так-то». В нашей стране мы пользуемся схожим количественным словом: «Я *потратил* столько-то и столько-то времени». Любопытным дополнением к страху времени является тот факт, что если незаметно для них пролетает много времени, люди склонны считать, что они «хорошо провели время». «Хорошо проведенное время», таким образом, определяется как бегство от скуки. Получается, будто целью становится быть как можно менее живым — словно жизнь, как тонко подметил Фред Аллен[2], есть «бесполезный эпизод, нарушающий во всех остальных отношениях благодатное состояние не-существования».

---

[1] *Шекспир Уильям*. Макбет / Пер. Б. Л. Пастернака. (*Примеч. пер.*)

[2] Аллен Фред (наст. имя Салливан Джон Флоренс) (1894–1956) — американский комик, ведущий юмористического шоу на радио. (*Примеч. ред.*)

Одним из невротических, неконструктивных способов применять свою способность осознания времени является откладывание жизни на потом. Человек, в отличие от дерева или животного, «благословлен» умением выйти за пределы настоящего момента, используя бегство в прошлое или в будущее. Наиболее часто приводимый пример бегства от настоящего в будущее есть, конечно, выродившаяся форма веры в то, что совершенные в настоящем ошибки будут искуплены на небесах, когда придет время воздаяния за совершенное. Стремление консервативной религии, как было в царской России, отвлечь внимание людей от несправедливости современного им социального и экономического строя, направив его на обещанное воздаяние в будущем, было подвергнуто справедливой критике со стороны К. Маркса. Религия в таком случае самый натуральный опиум, наркотик, чтобы притупить чувства людей.

На уровне повседневности многие люди, сталкиваясь с жизненными трудностями, склонны успокаивать себя, говоря: «Все станет лучше, когда у меня появится семья», или «когда я окончу школу», или «когда перейду на новую работу». Нет сомнений, что в ответ на переживание несчастья, скуки, бесцельности люди автоматически отворачиваются от настоящего и обращаются к грядущему с вопросом: «Что хорошего уготовано мне в будущем?» И тогда «надежда» на будущее заглушает настоящее. Но надежду нельзя использовать как «опиум». Надежда есть созидательное и здоровое чувство, будь то надежда на религиозное совершенство, на счастливый брак или же на успешную карьеру, она может и должна придавать сил, делая радость о грядущем частью настоящего, так что благодаря предвкушению мы становимся живее и активнее в настоящем.

Разумеется, и мысли о прошлом могут способствовать бегству так же, как и мысли о будущем. Всякий раз, когда перед человеком возникает сложная проблема, он может сказать: «По крайней мере, тогда-то и тогда-то дела обстояли куда лучше», позволив своему уму погрузиться в воспоминания. Разумеется, стремление искать успокоения в отдаленном прошлом или будущем столь сильно и повсеместно, что практически любая культура имеет на этот счет собственный миф — сад Эдем и его разновидности, — в котором отражена тоска по счастливым временам детской невинности, а также мифы о грядущем рае на небесах

и приземленные утопии тех, кто верит в неостановимый, автоматический прогресс.

Если упомянутое бегство в будущее через надежду наиболее распространено у неискушенных людей, то жить в прошлом, пожалуй, — наиболее характерный способ бегства у людей рафинированных. На приеме у психотерапевта такой тип, зная, что не в моде прятаться за надеждами на грядущее небесное воздаяние, научился респектабельно вести речь о прошлом: ведь разве человеческие проблемы не ведут корнями в детство? Эту истину затем можно ловко применять как инструмент рационализации. Ведь когда человек приходит на сеанс, поссорившись перед этим с женой, он может снова перескочить на разговор о том, что ему сделала мать в раннем детстве или как он ладил со своей первой девушкой. Зачастую ему это дается проще, чем напрямую перейти к причинам ссоры и мотивам, которые руководят им в его нынешних отношениях с женой. К счастью, терапевт почти всегда может определить, использует ли пациент свое прошлое как предлог для бегства (и в таком случае разговоры о нем не приведут ни к каким психологическим изменениям) или как источник просвещения и способ динамической разрядки в настоящем.

Давайте теперь обратимся к конструктивным способам преодоления времени. «Наверняка некоторые читатели уже выражали мысль, что человек может не заметить, как прошло время, потому что в настоящий момент в нем кипит жизнь, а вовсе не потому, что он впадает в ступор, чтобы избежать чувства времени». Верно. В последнем случае час тянется как неделя, медленно и мучительно, в первом — когда не замечают времени, будучи в состоянии подъема из-за кипучей деятельности, — в одном часу умещается неделя, поскольку он приносит много радости и делает нас счастливыми.

Гёте в «Фаусте» великолепно изображает картину битвы за преодоление времени. Ощущая тоску и неудовлетворенность, «пресыщенность», не получая отдачи от своих занятий, не умея отыскать такую жизнь, которая подарила бы ему чувство осмысленности, Фауст заключает соглашение с дьяволом по имени Мефистофель. Народная поговорка, что дьявол найдет занятие праздным рукам, получает у Гёте высокое

поэтическое выражение, когда он не раз вкладывает в уста Мефистофеля сетования на «полнейшую монотонность» времени.

Зачем же созидать? Один ответ:
Чтоб созданное все сводить на нет.
«Все кончено». А было ли начало?
Могло ли быть? Лишь видимость мелькала.
Зато в понятье вечной пустоты
Двусмысленности нет и темноты[1].

Можно ли ярче представить, что царство Мефистофеля — это царство *монотонности* и *пустоты*!

По ходу событий мы узнаем, что Фауст получает все, что только ни пожелает — возлюбленную Маргариту, позднее Елену Троянскую, затем знание, власть и в конце концов он становится канцлером императора. Затем, уже будучи старым человеком, он предпринимает попытку построить плотины у моря, чтобы вместо топких болот появились зеленые луга. Люди в его стране получают возможность возделывать почву и выращивать урожай, а их стада увеличиваются благодаря плодородию земли. Когда Фауст замечает, что люди радуются плодам его созидательного труда в области культурной и природной, он внезапно переживает что-то доселе неизвестное ему, радость вечного момента:

Тогда бы мог воскликнуть я: «Мгновенье!
О как прекрасно ты, повремени!
Воплощены следы моих борений
И не сотрутся никогда они».
И это торжество предвосхищая,
Я высший миг сейчас переживаю[2].

Слова Фауста о том, что в его поступках «воплощены следы борений» и что они будут иметь значение отныне и навсегда, подводят нас к вопросу: какой смысл вкладывать в выражение «ускользающий момент»?

---

[1] *Гёте Иоганн.* Фауст / Пер. Б. Пастернака. М.: Государственное издательство художественной литературы, 1960. (*Примеч. пер.*)

[2] Там же. (*Примеч. пер.*)

Полнота момента

Первая вещь, необходимая для того, чтобы выстроить конструктивные отношения со временем, состоит в том, чтобы научиться жить реальностью настоящего момента. Потому что с психологической точки зрения у нас кроме этого момента ничего и нет. Прошлое и будущее получают свой смысл, лишь являясь частью настоящего момента: прошлое событие существует сейчас, потому что вы размышляете о нем в настоящий момент или потому что оно оказывает влияние на вас, так что вы, как живое существо в настоящем, в известной степени изменились. Будущее существует, поскольку человек может представить себе его в настоящем. Прошлое было настоящим, а будущее — будет настоящим рано или поздно. Пытаться жить в «когда» будущего или «тогда» прошлого всегда предполагает искусственное отделение самого себя от реальности; поскольку на самом деле человек существует в настоящем моменте. Прошлое имеет смысл, потому что оно освещает настоящее, тогда как будущее — потому что оно делает настоящее богаче и глубже.

Если человек заглянет внутрь самого себя, все, что ему откроется, — это его собственное самосознание в данный момент настоящего. Этот момент самосознания является самым реальным, и его ни в коем случае нельзя избегать.

Доктор Отто Ранк был терапевтом, наиболее убедительно показавшим, что прошлое и будущее живут в психологическом настоящем. В 1920-х ортодоксальный психоанализ изобиловал надуманными экскурсами в прошлое, полностью лишенными реалистичности и динамичности и грозившими превратиться в омертвевшие интеллектуальные упражнения, интересные археологам, но утратившие всякую способность приводить к изменениям в жизни человека, за что некогда сам Фрейд критиковал академических ученых. Ранк вернул психотерапию к реальности, показав: все, что в прошлом было важно для данной личности, например отношения раннего детства, будет перенесено ею в настоящие отношения. Ранние отношения человека с отцом и матерью проявляются ныне в том, как он выстраивает отношения с терапевтом, женой или работодателем (Фрейд удачно называл это «переносом»). Человеку не нужно просто *говорить* с терапевтом о прошлом. Его базовые кон-

фликты находят себе непосредственное выражение в действиях лучше всяких слов, прямо в кабинете терапевта — в виде злости, зависимости, любви и всего того, что пациент чувствует по отношению к терапевту, хотя он сам, пациент, может и не отдавать себе отчет, что именно их он отыгрывает в настоящий момент. Вот поэтому в терапии «переживать» всегда действеннее и целительнее, чем *говорить о* переживаниях.

Жить в непосредственном моменте настоящего не так просто, как может показаться на первый взгляд. Поскольку для этого необходима высокая степень осознанности самого себя как переживающего «я». Чем менее человек осознает себя тем, *кто* действует, тем менее свободно и тем более автоматически такой человек действует, тем менее он способен осознать настоящий момент. Один человек так описывал свой способ бегства от скуки на бессмысленной и рутинной работе: «Я работаю так, словно бы я был кем-то другим, не собой». В таких ситуациях мы чувствуем, будто находимся «за сотни километров» от самих себя и нашей деятельности, действуем словно «оглушенные», как во сне или в «полусне», словно между человеком и реальностью вырастает стена.

Но чем больше человек осознан, то есть чем больше он ощущает себя как действующий, направляющий агент своей деятельности, тем более он будет живым и тем лучше он будет откликаться на настоящее мгновение. Как и осознание самого себя, такое ощущение реальности настоящего можно культивировать. Полезно чаще спрашивать себя: «Что я переживаю в данный момент?» или: «Где я — что наиболее важно для меня с эмоциональной точки зрения в настоящий момент?».

Столкновение с реальностью настоящего момента зачастую порождает чувство тревоги. На базовом уровне тревога смутно ощущается как «обнаженность»; чувство столкновения со значимой реальностью, от которой человек не может укрыться, убежать или спрятаться. Это похоже на чувство, которое переживаешь, внезапно столкнувшись с человеком, которого некогда любил и которым восхищался: чувствуешь интенсивную связь, на которую необходимо как-то реагировать, сделать с ней что-нибудь. Все дело в интенсивности опыта, прямом и непосредственном столкновении с реальностью момента; так про-

исходит и в творчестве: человека посещают чувство обнаженности, тревога созидания и радость.

Более понятной причиной появления тревоги при столкновении с настоящим является возникающий при этом вопрос о принимаемых решениях и ответственности. Человек вряд ли может многое изменить в прошлом, равно как и в отдаленном будущем, но как приятно все же помечтать о них! Как это избавляет от забот, от тягостных мыслей: что же делать со своей жизнью?! Тот человек, который поссорился с женой, может поговорить об этом со своей матерью и почувствовать облегчение, тогда как разговор с женой о причинах ссоры предполагает, что рано или поздно перед ним встанет вопрос: как он предлагает в этих обстоятельствах поступать? Легче фантазировать на тему «когда я обзаведусь семьей», чем ответить на вопрос: «Почему я не пытаюсь исправить свои отношения?»; проще предаваться размышлениям о «моей будущей работе, которую я найду после колледжа», чем о том, почему моя учеба больше не кажется мне интересной, как и о том, зачем люди вообще поступают в колледж.

Наиболее действенный способ гарантировать ценность будущего, как мы отмечали, состоит в том, чтобы мужественно и конструктивно встретить настоящее. Ибо будущее рождается из настоящего и создано им. Фауст говорит правду в приведенной выше цитате: «Воплощены следы моих борений, и не сотрутся никогда они». Иными словами, любой созидательный поступок несет отблеск вечности. И это так не в силу какого-нибудь церковного догмата, не попросту из-за «вечной жизни в памяти потомков», но потому, что, как мы показали в предыдущем параграфе, ключевым свойством творческого акта человеческого сознания является то, что он не ограничен количественным временем. Никто не оценивает картину по тому, сколько часов труда в нее было вложено или насколько она большая: так разве можем мы оценивать наши действия по стандартам ниже, чем мы используем для живописи?

Это подводит нас к упадочным формам религиозной идеи «вечной жизни». Словосочетание «вечная жизнь» чаще всего подразумевает бесконечное время, словно вечность означает нескончаемую череду сменяющих друг друга лет. Этот взгляд часто находит себе выражение

в картинах, которые бог знает зачем неизвестные люди рисуют на стенах домов, чтобы привлечь внимание проезжающих по шоссе водителей: «Где ты проведешь вечность?» Странный вопрос, если вдуматься. «Провести» подразумевает какое-то определенное количество времени — как если потратишь половину денег, останется только половина; но разве можно потратить половину или две трети вечности? Такой взгляд на вечность не только действует психологически отталкивающе — какая скука, бесконечно проводить год за годом! — но он еще и логически абсурден, несостоятелен с теологической точки зрения. Вечность не равна определенному отрезку времени: она превосходит время. Вечность — значение времени с точки зрения его качества. Человеку не требуется отождествлять опыт прослушивания музыки с вечностью в теологическом смысле, чтобы понять, что в музыке — или любви, или в любом труде, который вытекает из самого средоточия целостного человека, — «вечное» есть способ отношения к жизни, а не последовательность «завтрашних дней».

Потому Иисус и провозгласил: «Царствие Божие внутри вас». Это значит, что опыт вечности либо проявляется через наше отношение к каждому отдельному моменту, либо не проявляется вовсе. Гёте вторит этой истине, говоря устами Фауста: «Торжество предвосхищая»; вечность проявляется в настоящем моменте как качество существования.

Ошибочное употребление термина «вечный» привело к тому, что многие умные люди предпочли избегать его. Это не сыграло им на руку, поскольку при этом неизбежно опускали важную сторону человеческого опыта и необоснованно ограничивали наши философские и психологические взгляды. «Вполне вероятно, что проблема времени — это фундаментальная проблема философии», — пишет Бердяев. И добавляет: «Мгновение обладает значением лишь в той мере, в какой оно соединяется с вечностью и дает выход из безвыходности времени — всего лишь будучи атомом вечности...»[1].

Поэтому настоящий момент — не отрезок между двумя точками на циферблате. Он всегда полон, всегда готов раскрыться, дать рождение

---

[1] *Бердяев Николай.* Дух и реальность. Нью-Йорк, Charles Scribner's Sons, 1935. (*Примеч. авт.*)

новому. Достаточно провести небольшой эксперимент и глубоко заглянуть внутрь себя, скажем, прослеживая почти любую пришедшую в голову мысль: вы наверняка обнаружите, настолько богато каждое сознательное мгновение человеческого ума — ассоциации и новые мысли буквально разбегаются во все стороны. Или возьмем сновидение: оно продолжается всего несколько мгновений, как вспышка в сознании, как внезапный звук сирены, и, однако же, может потребоваться несколько минут, чтобы рассказать обо всем, что вы успели в нем увидеть. Безусловно, человек выбирает и отбрасывает. Он живет не только своими снами и фантазиями — лишь временами, если сочиняет музыку, в ходе психотерапевтического сеанса, составляя рабочий план. И даже тогда он не теряет ясного представления о тех манящих возможностях, которые открываются в настоящей реальности. Поэтому мгновение, пользуясь философским термином, всегда имеет свою «конечную» сторону, о которой зрелая личность не забывает никогда. Но мгновение всегда имеет и бесконечную сторону, оно всегда чревато новыми возможностями. Время для человеческого существа — не коридор, но постоянное раскрытие.

«В свете вечности»

Есть много переживаний, которые выбивают нас из быстротечного рутинного потока времени, но главным среди них является мысль о смерти. Один современный английский автор рассказывает, как он годами пытался писать, следуя традиционным методам. «Я думал, что смогу писать по заданной схеме», — утверждает он; но выходило довольно посредственно. Во время войны, продолжает он, «я понял, почему меня раньше не публиковали... Когда мы все думали, что завтра можем умереть, я решил написать то, что действительно хотел».

Если мы подчеркнем, что его писательский дар раскрылся, как и было на самом деле, то люди могут интерпретировать это как типичный пример психологии успеха: «Если вы хотите быть успешным, пишите то, что вы действительно хотите». Но такой вывод, конечно, совершенно не соответствует сути. Предыдущая установка автора писать в соответствии с внешними стандартами с тайной целью — а именно такой

целью в наши дни является успех, — как раз и выступила фактором, мешающим ему раскрыть литературный талант. И именно от этой установки он отказался, столкнувшись со смертью. Если завтра ты можешь умереть, то зачем выбиваться из сил, пытаясь соответствовать стандартам и схемам? Предполагая, что успех и признание могут быть достигнуты путем следования некой формуле — а это в любом случае лотерея, — можно и не дождаться своей награды; так почему бы не насладиться радостью от самого процесса творчества и не быть честным с самим собой?

Возможность смерти отвлекает нас от будничного хода времени, потому что она так ярко напоминает нам, что это не будет продолжаться вечно. Это притупляет наше восприятие настоящего; турецкая пословица, оправдывающая прокрастинацию, — «Завтра тоже благословенный день» — больше не служит утешением; нельзя ждать бесконечно. Для нас важен тот факт, что хотя в настоящий момент мы еще не умерли, мы обязательно когда-нибудь умрем; так почему бы не выбрать что-то интересное для себя, пока есть время? Так называемый циничный поэт Ветхого Завета, Екклесиаст, был очень реалистичен в этом вопросе. На фоне своего рефрена «все суета» он заявляет, что мудрец не будет дожидаться будущих наград и наказаний. «Все, что может рука твоя делать, — продолжает Екклесиаст, — по силам делай; потому что в могиле, куда ты пойдешь, нет ни работы, ни размышления, ни знания, ни мудрости»[1].

Спиноза любил говорить, что человек должен действовать sub specie aeternitatis — с точки зрения вечности. «Потому что я понимаю Вечность, — пишет он, — что она есть само существование... Существование такой вещи, как вечная истина... не может быть объяснено через протяженность или время». Далее он говорит, что существование чего-либо зависит от его сущности, — и эта идея не так запутанна, как кажется на первый взгляд. Если попытаться применить ее, то человек должен действовать «с точки зрения вечности» в той мере, в которой его действия возникают из его собственного центра, самости. В приведенном выше примере с писателем таким актом было его решение писать не в соответствии с внешними изменчивыми вкусами, которые

---

[1] Екклесиаст 9:10. (*Примеч. пер.*)

появляются и исчезают в веренице дней, а в своей внутренней, уникальной, оригинальной манере, которая делает его индивидуальным. Жить в моменте вечности — это и не про *интенсивность* жизни (хотя самосознание всегда добавляет опыту некоторую интенсивность), и не про жизнь в соответствии с абсолютной догмой, религиозной или иной, и не про моральные нормы. Скорее это означает принятие свободных и ответственных решений, осознанных и соответствующих собственному уникальному стилю конкретной личности.

Эпоха не имеет значения

Наше обсуждение в этой главе приводит нас к выводу, что на самом глубоком уровне вопрос, в какую эпоху мы живем, не имеет значения.

Основной вопрос заключается в том, как индивид, осознавая себя и тот период, в котором он живет, способен своими решениями достичь внутренней свободы и жить в соответствии со своей внутренней интеграцией. Живем ли мы в эпоху Возрождения, во Франции XIII века или во времена падения Рима, мы являемся неотъемлемой частью нашего века во всех отношениях — в его войнах, экономических конфликтах, тревогах и в его достижениях. Но никакое «хорошо интегрированное» общество не может исполнить за человека или же избавить его от задачи достижения самосознания и способности делать свой выбор ответственно. И никакая травмирующая ситуация в мире не может лишить индивида привилегии принимать окончательное решение в отношении себя, даже если он тем самым только подтверждает свою собственную судьбу. Может показаться, что человеку было бы легче «приспособиться» к другому веку — к тем «золотым векам» Греции или эпохи Возрождения, на которые можно было бы оглянуться с тоской. Но кроме того, что это хорошее упражнение в фантазии, желание жить в те времена основано на ложном понимании отношения человека ко времени. В те дни, на самом деле, человеку *не* было легче отыскать и выбрать свой собственный путь. В наши дни существует даже большая потребность в том, чтобы примириться с собой; мы менее способны «отдыхать в материнских объятиях» нашего исторического периода. Так можно ли не отстаивать тот факт (если бы речь шла о каком-нибудь

споре в гостиной), что с точки зрения стремления человека познать себя ему лучше научиться жить в наши дни? На поверхностном уровне можно найти плюсы и минусы для жизни в любой исторический период. Но на более глубоком уровне каждый человек должен прийти к своему собственному осознанию себя, и он делает это на уровне, превосходящем конкретную эпоху, в которую он живет.

То же самое относится и к хронологическому возрасту. Самый важный вопрос не в том, двадцать ли человеку лет, или сорок, или шестьдесят, а в том, реализует ли он свою способность осознанного выбора на данном этапе своего развития. Вот почему здоровый ребенок в свои восемь лет, как каждый может убедиться, более способен быть личностью, чем невротик в свои тридцать. Ребенок не является более зрелым в хронологическом смысле и не может делать столько же, сколько взрослый, не может заботиться о себе как он, но ребенок является более зрелым существом, если мы оцениваем зрелость по искренности эмоций, оригинальности и способности делать выбор на основаниях, адекватных его стадии развития. Заявление человека двадцати лет: «Я начну жить, когда мне будет тридцать пять» так же ложно, как и слова того, кто в свои сорок или пятьдесят сетует: «Я не могу жить, потому что потратил впустую свою юность». Интересно, что при ближайшем рассмотрении обычно обнаруживается, что это один и тот же человек — *тот, который жалуется в пятьдесят, откладывает свою жизнь и в двадцать*, — что еще более убеждает нас в нашей точке зрения.

Это преодоление времени также проиллюстрировано в драме Ореста. В своей трагической борьбе за высвобождение из кровосмесительного круга, как мы наблюдали в главе 4, Орест смог в некоторой степени преодолеть тенденцию «видеть только себя в глазах других» и, таким образом, увидеть, если можно так выразиться, объективную истину и научиться «любить вовне». Все это примеры жизни sub specie aeternitatis; они демонстрируют способность человека преодолевать конкретный момент. Они включают в себя выход за пределы Микен или, как символически выражает это Орест, выход за пределы города, «к человеческому». Когда Орест покидает сцену в последних строках драматической версии Джефферса, его заключительные слова, относящиеся к возможности смерти, точно выражают нашу точку зрения:

...Но молодой или старый, несколько лет или много, означало меньше, чем ничего,
Для того, кто взобрался на башню над временем, осознанно...[1]

Задача и потенциал человеческого существа состоят в том, чтобы выйти за пределы своей первоначальной роли бездумной и несвободной части массы — независимо от того, является ли эта масса его собственным ранним существованием в качестве зародыша или выступает символически как масса конформистского общества, — выйти из чрева, покинуть кровосмесительный круг, который находится всего в одном шаге от чрева, через опыт рождения самосознания, кризисов развития, борьбы, выбора и продвижения от знакомого к незнакомому, к постоянно расширяющемуся осознанию и, следовательно, к постоянно расширяющейся свободе и ответственности, к более высоким уровням сложности, на которых человек постепенно интегрируется с другими людьми в свободно избираемой им любви и творчестве. Каждый шаг в этом путешествии означает, что он живет не столько как слуга автоматического времени, сколько как тот, кто превосходит время, то есть как тот, кто живет по назначению, которое он выбирает. Таким образом, человек, который может со всей храбростью умереть в тридцать лет, достигший той стадии свободы и сложности, на которой он может храбро столкнуться с необходимостью отказаться от своей жизни, — является более зрелым, чем человек, который на смертном одре в свои восемьдесят лет испытывает острую боль и еще просит защиты от реальности.

Практический смысл заключается в том, что цель каждого человека — проживать каждый момент свободно, честно и ответственно. Тогда каждый и в каждый момент реализует, насколько он только способен, свою собственную природу и свою задачу развития. Именно так человек испытывает ту радость и то удовлетворение, которые сопровождают воплощение его собственной природы. Завершит ли молодой университетский преподаватель свою книгу или нет, это второстепенный вопрос: основной вопрос заключается в том, пишет ли он, или кто-либо еще,

[1] *Робинсон Джефферс*. Башня, возвышающаяся над трагедией. Из книги «Чалый жеребец». Перепечатано с разрешения Random House, Inc., 1925, Boni & Liveright. (*Примеч. авт.*)

и думает ли, выводя каждую строку, как «получит похвалу другого» — или же он сам верит в то, что сейчас он правдив и честен перед собой. Разумеется, молодой муж не может быть уверен в своих отношениях с женой спустя пять лет брака. Но даже в лучшие исторические периоды можно ли было быть уверенным, что ты проживешь месяц или хотя бы неделю? *Разве неопределенность нашего времени не преподносит нам самый важный урок из всех — что конечными критериями являются честность, интеграция, мужество и любовь в конкретный момент*? Если у нас этого нет, мы все равно не созидаем для будущего, а если оно у нас есть, мы можем предоставить будущее ему самому.

Качества свободы, ответственности, смелости, любви и внутренней целостности являются идеальными качествами, которые никогда никем не были реализованы полностью, но они являются психологическими целями, которые придают смысл нашему движению к интеграции. Когда Сократ описывал идеальный образ жизни и идеальное общество, Главкон[1] возразил: «Сократ, я не верю, что такой Город Бога есть где-либо на земле». Сократ ответил: «Существует ли такой город на небесах или когда-либо будет существовать на земле, мудрец будет жить по образу этого города и, взглянув на него, наведет порядок в своем собственном доме».

[1] Главкон — брат Платона, персонаж, беседующий с Сократом в знаменитом «Мифе о пещере» — аллегории, которую использовал Платон в своем диалоге «Государство» для пояснения учения об идеях. (*Примеч. ред.*)

Алфавитный указатель

Р

С

Т

У

Ф

Х

Ц

Ч

Ш

Э

Ю

Я